



HORARIO DE ACTIVIDADES SEPT 24 - MAYO 25

Pamplona - Yamaguchi

LUNES

Actividad	🕒	💡
8:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
9:00	BODY PUMP 45 min 1	
9:00		
9:45	PILATES 45 min 1	
9:45	CORE 15 min 2	
9:45		
10:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
10:30	BOXEO 90 min 4	
10:30	CORE 15 min 2	
11:15	E. FUNCIONAL 45 min 1	
11:15	CORE 15 min 2	
14:30	BODY PUMP 45 min 1	
15:15	CORE 15 min 1	
18:00	PILATES 45 min 1	
18:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
18:45	E. FUNCIONAL 45 min 1	
18:45	CORE 15 min 2	
19:00		
19:30	BOXEO 90 min 4	
19:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
19:30	BODY PUMP 45 min 1	
19:30	CORE 15 min 2	
20:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
20:15	E. FUNCIONAL 45 min 1	
20:15	CORE 15 min 2	
20:30		
21:00	CORE 15 min 1	

MARTES

Actividad	🕒	💡
8:15		
9:00	YOGA 45 min 1	
9:00	BODY BALANCE 45 min 4	
9:45	YOGA 45 min 1	
9:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
9:45	CORE 15 min 2	
10:30	BODY PUMP 45 min 1	
10:30	CORE 15 min 2	
10:30		
11:15	ZUMBA 45 min 1	
11:15	CORE 15 min 2	
14:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
15:15	CORE 15 min 1	
18:00	BODY BALANCE 45 min 1	
18:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
18:45	ZUMBA 45 min 1	
18:45	CORE 15 min 2	
19:00	KRAV MAGÁ 90 min 4	
19:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
19:30	BODY ATTACK 45 min 1	
19:30	CORE 15 min 2	
19:30		
20:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
20:15	BODY PUMP 45 min 1	
20:15	CORE 15 min 2	
20:30	KICK BOXING 90 min 4	
21:00	CORE 15 min 1	

MIÉRCOLES

Actividad	🕒	💡
8:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
9:00	BODY PUMP 45 min 1	
9:00		
9:45	PILATES 45 min 1	
9:45	CORE 15 min 2	
9:45		
10:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
10:30	BOXEO 90 min 4	
10:30	CORE 15 min 2	
11:15	E. FUNCIONAL 45 min 1	
11:15	CORE 15 min 2	
14:30	E. FUNCIONAL 45 min 1	
15:15	CORE 15 min 1	
18:00	PILATES 45 min 1	
18:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
18:45	E. FUNCIONAL 45 min 1	
18:45	CORE 15 min 2	
19:00		
19:30	BOXEO 90 min 4	
19:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
19:30	BODY PUMP 45 min 1	
19:30	CORE 15 min 2	
20:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
20:15	E. FUNCIONAL 45 min 1	
20:15	CORE 15 min 2	
20:30		
21:00	CORE 15 min 1	

JUEVES

Actividad	🕒	💡
8:15		
9:00	YOGA 45 min 1	
9:00	BODY BALANCE 45 min 4	
9:45	YOGA 45 min 1	
9:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
9:45	CORE 15 min 2	
10:30	BODY PUMP 45 min 1	
10:30	CORE 15 min 2	
10:30		
11:15	ZUMBA 45 min 1	
11:15	CORE 15 min 2	
14:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
15:15	CORE 15 min 1	
18:00	BODY BALANCE 45 min 1	
18:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
18:45	ZUMBA 45 min 1	
18:45	CORE 15 min 2	
19:00	KRAV MAGÁ 90 min 4	
19:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
19:30	BODY ATTACK 45 min 1	
19:30	CORE 15 min 2	
19:30		
20:15	CICLO INDOOR 45 min 3	
20:15	BODY PUMP 45 min 1	
20:15	CORE 15 min 2	
20:30	KICK BOXING 90 min 4	
21:00	CORE 15 min 1	

VIERNES

Actividad	🕒	💡
9:45	BODY PUMP 45 min 1	
10:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
11:15	CORE 15 min 1	
18:00	BODY PUMP 45 min 1	
18:45	CICLO INDOOR 45 min 3	
19:00	BOXEO 90 min 4	
19:30	CORE 15 min 1	

SÁBADO

Actividad	🕒	💡
9:45	BODY PUMP 45 min 1	
10:30	CICLO INDOOR 45 min 3	
10:30	KRAV MAGÁ 90 min 4	
11:15	CORE 15 min 1	



Posibilidad de leves cambios | Horario 100% actualizado siempre en nuestra App Sparta Sport Center | pamplona@spartasportcenter.com