



HORARIO DE ACTIVIDADES JUN 25 - AGOS 25

Pamplona - Yamaguchi

LUNES

	Actividad	🕒	💡
8:15	CICLO INDOOR	45 min	3
9:00	BODY PUMP	45 min	1
9:45	PILATES	45 min	1
10:30	CICLO INDOOR	45 min	3
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	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
20:30			
21:00	CORE	15 min	1

MARTES

	Actividad	🕒	💡
8:15			
9:00	BODY BALANCE	45 min	1
9:45	CICLO INDOOR	45 min	3
10:30	BODY PUMP	45 min	1
10:30	CORE	15 min	2
11:15	CORE	15 min	4
11:15			
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			
19:30	CICLO INDOOR	45 min	3
19:30	BODY ATTACK	45 min	1
19:30	CORE	15 min	2
20:15	CICLO INDOOR	45 min	3
20:15	BODY PUMP	45 min	1
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
9:45	PILATES	45 min	1
10:30	CICLO INDOOR	45 min	3
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	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
20:30			
21:00	CORE	15 min	1

JUEVES

	Actividad	🕒	💡
8:15			
9:00	BODY BALANCE	45 min	1
9:45	CICLO INDOOR	45 min	3
10:30	BODY PUMP	45 min	1
10:30	CORE	15 min	2
11:15	CORE	15 min	4
11:15			
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			
19:30	CICLO INDOOR	45 min	3
19:30	BODY ATTACK	45 min	1
19:30	CORE	15 min	2
20:15	CICLO INDOOR	45 min	3
20:15	BODY PUMP	45 min	1
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
11:15	CORE	15 min	1

LesMILLS

LesMILLS
BODYATTACK

LesMILLS
BODYBALANCE

LesMILLS
BODYPUMP

LesMILLS
BODYCOMBAT



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