



HORARIO DE ACTIVIDADES SEPT 25 - MAYO 26

Santander

LUNES

Actividad	🕒	💡
9:00	BODY BALANCE	45 min 1
9:45	BODY PUMP	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	ZUMBA	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	GAP	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA
18:15	PILATES	45 min 4
19:00	BODY PUMP	45 min 1
19:00	CICLO INDOOR	45 min 3
19:00	CORE	15 min SALA
19:45	CROSS TRAINING	45 min BOX
19:45	ZUMBA	45 min 1
19:45	CORE	15 min SALA
20:30	CICLO INDOOR	45 min 3
20:30	GAP	45 min 1
20:30	KICK BOXING	60 min 4
21:15	CORE	15 min SALA

MARTES

Actividad	🕒	💡
9:00	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	PILATES	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	GAP	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	ZUMBA	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA
18:15	BODY PUMP	45 min 1
19:00	CROSS TRAINING	45 min BOX
19:00	CICLO INDOOR	45 min 3
19:00	CORE	15 min SALA
19:45	BODY PUMP	45 min 1
19:45	PILATES	45 min 4
19:45	CORE	15 min SALA
20:30	CROSS TRAINING	45 min BOX
20:30		
20:30		
21:15	CORE	15 min SALA

MIÉRCOLES

Actividad	🕒	💡
9:00	BODY BALANCE	45 min 1
9:45	BODY PUMP	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	ZUMBA	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	GAP	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA
18:15	E. FUNCIONAL	45 min BOX
19:00	BODY PUMP	45 min 1
19:00	CORE	15 min SALA
19:00		
19:45	CROSS TRAINING	45 min BOX
19:45	ZUMBA	45 min 1
19:45	CORE	15 min SALA
20:30	CICLO INDOOR	45 min 3
20:30	GAP	45 min 1
20:30	KICK BOXING	60 min 4
21:15	CORE	15 min SALA

JUEVES

Actividad	🕒	💡
9:00	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	PILATES	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	GAP	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	ZUMBA	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA
18:15	BODY PUMP	45 min 1
19:00	CROSS TRAINING	45 min BOX
19:00	PILATES	45 min 4
19:00	CORE	15 min SALA
19:45	E. FUNCIONAL	45 min BOX
19:45	ZUMBA	45 min 1
19:45	CORE	15 min SALA
20:30	CROSS TRAINING	45 min BOX
20:30	BODY PUMP	45 min 1
20:30		
21:15	CORE	15 min SALA

VIERNES

Actividad	🕒	💡
9:45	CICLO INDOOR	45 min 3
10:30	BODY PUMP	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA
18:15	BODY PUMP	45 min 1
19:00	CROSS TRAINING	45 min BOX



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