



HORARIO DE ACTIVIDADES JULIO Y AGOSTO 2026

ZIZUR

LUNES

	Actividad	⌚	📍
9:00	BODY PUMP	45 min	1
10:00	CICLO INDOOR	45 min	2
11:15	CORE	15 min	BOX
14:15	CORE		
17:00	ZUMBA	45 min	1
18:00	CICLO INDOOR	45 min	2
19:00	BODY PUMP	45 min	1
19:15	CORE	15 min	BOX
19:30			
20:00	CICLO INDOOR	45 min	2

MARTES

	Actividad	⌚	📍
9:00	PILATES	45 min	1
10:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX
11:15	CORE	15 min	BOX
14:30	CROSS TRAINING	45 min	BOX
17:00	PILATES	45 min	1
18:00	CICLO INDOOR	45 min	2
19:00	BODY PUMP	45 min	1
19:15	CORE	15 min	BOX
19:30	BOXEO	45 min	3
20:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX

MIÉRCOLES

	Actividad	⌚	📍
9:00	BODY PUMP	45 min	1
10:00	CICLO INDOOR	45 min	3
11:15	CORE	15 min	BOX
14:15	CORE	15 min	SALA
17:00	ZUMBA	45 min	1
18:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX
19:15	CORE	15 min	BOX
19:30			
20:00	BODY PUMP	45 min	1

JUEVES

	Actividad	⌚	📍
9:00	CICLO INDOOR	45 min	3
10:00	PILATES	45 min	1
11:15	CORE	15 min	BOX
14:30	CROSS TRAINING	45 min	BOX
17:00	PILATES	45 min	1
18:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX
19:15	CORE	15 min	BOX
19:30	BOXEO	45 min	3
20:00	BODY PUMP	45 min	1

SÁBADO

	Actividad	⌚	📍
9:30	BODY PUMP	45 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 | sat.sparta@vivagym.com