

HORARIO DE CLASES EN VIVO



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
7:00 a.m. - 7:50 a.m.				BAILE Jhessen		
8:00 a.m. - 8:50 a.m.	FUNCIONAL Tren Inferior	STEPS Ivon	CORE	STEPS Ivon	HIIT	
9:00 a.m. - 9:50 a.m.	FULLBODY Joselito	MUSCULACIÓN Tren Inferior	FULLBODY Joselito	MUSCULACIÓN Gluteos	FULLBODY Joselito	CARDIO
10:00 a.m. - 10:50 a.m.	MUSCULACIÓN Tren Superior	CARDIOFUSIÓN Cristina	CARDIO	CARDIOFUSIÓN Cristina	MUSCULACIÓN Tren Superior	
11:00 a.m. - 11:50 a.m.		FUNCIONAL Tren Superior	TALLER FITNESS SALSA Y BACHATA - JHESSEN	FUNCIONAL Body Xtreme		CORE

6:00 p.m. - 6:50 p.m.	BAILE Jhessen		CARDIOFUSIÓN Cristina			
7:00 p.m. - 7:50 p.m.	STEPS Ivon	MUSCULACIÓN Tren Inferior	STEPS Ivon	MUSCULACIÓN Gluteos	STEPS Ivon	
8:00 p.m. - 8:50 p.m.	MUSCULACIÓN Tren Superior	FUNCIONAL Tren Superior	CARDIO	FUNCIONAL Body Xtreme	HIIT	
9:00 p.m. - 9:50 p.m.					TALLER FITNESS SALSA Y BACHATA - JHESSEN	

(*) Horario sujeto a modificaciones.

Disciplinas b2 live

- FUNCIONAL
- HIIT
- CORE
- BAILE
- FULL BODY
- CARDIOFUSIÓN
- STEPS
- CARDIO
- TALLER FITNESS
- MUSCULACIÓN