



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
08:00			ENTREMANIENTO FUNCIONAL			
08:45		PILATES		ESTIRAMIENTOS		
09:30			HIOPRESIVOS	PILATES + HIOPRESIVOS		
10:30						
16:30		ENTREMANIENTO FUNCIONAL		ENTREMANIENTO FUNCIONAL		
17:00						
17:15	PILATES + HIOPRESIVOS	PILATES				
18:00	PILATES		PILATES	PILATES		
18:15						
18:45	CROSS TRAINING		PILATES	HIOPRESIVOS	ENTRENAM. FUNCIONAL	HIOPRESIVOS
19:30	HIOPRESIVOS (A/B)	PILATES	ENTREMANIENTO FUNCIONAL	HIOPRESIVOS		
20:15		PILATES	ENTRENAM. FUNCIONAL	CROSS TRAINING	PILATES	