

Los horarios de actividades están sujetos a posibles modificaciones

Inicio	Final	Sala	Lunes
07:30	08:15	2 CYCLING	Cycling
07:45	08:15	FITNESS	CROSS-MET 30
08:15	08:30	FITNESS	Abdominales
08:30	09:25	1	Yoga
09:30	10:25	1	Tonificación
10:00	10:45	2 CYCLING	Cycling Virtual
10:00	10:45	SPA	AQUAGYM
10:00	11:30	FITNESS	CROSSMET GAMES 2026
10:30	11:25	1	Espalda Sana
11:00	11:45	SPA	AQUAGYM
11:30	12:25	1	Pilates Stretch
12:30	13:25	1	Zumba
13:00	13:45	2 CYCLING	Cycling Virtual
13:30	14:00	FITNESS	CROSS-MET 30
13:30	14:25	1	Fitness Condition
14:15	14:30	FITNESS	Abdominales
14:30	15:00	FITNESS	CROSS-MET 30
14:30	15:15	2 CYCLING	Cycling
14:30	15:25	1	Body Pump
15:15	15:30	FITNESS	Abdominales
15:30	15:45	FITNESS	STRETCHING
17:30	18:00	FITNESS	Suspension Training
18:00	18:45	2 CYCLING	Cycling Virtual
18:00	18:55	1	GAP
18:00	18:55	3	PILATES-STRETCH
18:00	19:30	FITNESS	CROSSMET GAMES 2026
19:00	19:45	2 CYCLING	Cycling
19:00	19:55	1	Fitness Condition
19:00	19:55	3	POWER YOGA
19:45	20:00	FITNESS	Abdominales
20:00	20:45	2 CYCLING	Cycling
20:00	20:55	FITNESS	BOXING
20:00	20:55	1	Body Pump
20:00	20:55	3	HIPOPRESIVOS
20:45	21:00	CROSS-MET	Abdominales

■ Acuáticas
 ■ Alto gasto calórico
 ■ Body-Mind
 ■ Cardiovascular
 ■ Coreografiadas
 ■ Outdoor
 ■ Tonificación Muscular

Puede consultar los horarios en la web o en la app de Metropolitan. <https://clubmetropolitan.com>