

Los horarios de actividades están sujetos a posibles modificaciones

Inicio	Final	Sala	Viernes
07:15	08:00	2 CYCLING	Cycling Virtual
07:30	08:00	PISCINA	Aquaboard
07:30	08:15	CROSS-MET	CROSS-MET 45'
08:15	08:30	OPEN	Abdominales
09:15	10:00	2 CYCLING	Cycling
09:30	10:25	1	Pilates Stretch
10:15	11:00	CROSS-MET EXT	SUSPENSION TRAINING 45'
10:30	10:45	OPEN	HYPERS STRETCH
10:30	11:25	1	Fitness Condition
11:30	11:45	OPEN	HIPOPRESIVOS
11:30	12:00	PISCINA	Aqua-Espalda
11:30	12:25	1	Zumba
12:30	13:25	CROSS-MET	Power Yoga
12:30	13:25	1	Body Combat
13:30	14:25	1	Aero Latino
14:00	14:15	CROSS-MET	Abdominales
14:30	15:25	1	Body Pump
15:30	16:15	2 CYCLING	Cycling
15:30	16:25	1	Yoga
17:00	17:55	1	GAP
17:45	18:00	CROSS-MET	Abdominales
18:00	18:55	1	Zumba
18:30	19:00	CROSS-MET	CROSS-MET 30'
19:00	19:55	1	Body-Balance
19:15	20:00	2 CYCLING	Cycling
20:00	20:55	1	Body Pump
20:15	20:30	OPEN	Abdominales
21:00	21:15	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>