

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
9:00	<p>GIMNASIA INTEGRAL: 9.30-10.30h y 10.30-11.30h</p>	<p>GAP (Avanzado) 30 min.</p>	<p>GIMNASIA INTEGRAL: 9.30-10.30h y 10.30-11.30h</p>	<p>GAP (Avanzado) 30 min.</p>	<p>GIMNASIA INTEGRAL: 9.30-10.30h y 10.30-11.30h</p>
9:15					
9:30					
9:45		<p>CORE express (Medio) 30 min.</p>		<p>CORE express (Medio) 30 min.</p>	
10:00					
10:15	<p>(12:00-12:45) HIIT (Medio) 45 min.</p>	<p>GAP (Medio) 30 min.</p>	<p>Prevención MMSS 30 min. (en el gym)</p>	<p>GAP (Medio) 30 min.</p>	<p>(12:00-12:45) HIIT (Medio) 45 min.</p>
10:30					
10:45					
11:00					
11:15		<p>CORE express (Avanzado) 30 min.</p>		<p>GAP (Iniciado) 30 min.</p>	
11:30					
11:45					
12:00					
12:15	<p>(14:00-14:45) HIIT (avanzado) 45 min.</p>		<p>HIIT (avanzado) 45 min.</p>		<p>HIIT (avanzado) 45 min.</p>
12:30					
12:45					
13:00					
13:15					
13:30					
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					