SERRANILLOS COLECTIVAS

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
09:30 - 10:00 **Ciclo express 30´ (Máx 16)**	09:30 - 10:15 **Total training (Máx 20)**	09:30 - 10:00 **Ciclo express 30´ (Máx 16)**	09:30 - 10:15 **Total training (Máx 16)**	09:30 - 10:15 **¡EL RETO! (Máx 20)**		
10:10 - 10:30 **Culo y Abdomen ¡A MUERTE! (Máx 20)**	10:15 - 11:00 **Cycle virtual (Máx 15)**	10:10 - 10:30 **Culo y Abdomen ¡A MUERTE! (Máx 20)**	10:15 - 11:00 **Cycle virtual (Máx 15)**	10:15 - 11:00 **Cycle virtual (Máx 15)**		
18:15 - 18:45 **EXPRESS TRAINING (Máx 20)**	17:30 - 18:15 **Total training (Máx 20)**	17:10 - 18:10 **Yoga (Máx 20)**	17:30 - 18:15 **Total training (Máx 20)**			
19:00 - 20:00 **Cycle total (Máx 14)**	18:20 - 19:10 **Pilates (Máx 20)**	18:15 - 18:45 **EXPRESS TRAINING (Máx 20)**	18:20 - 19:10 **Pilates (Máx 20)**			
20:00 - 20:45 **CROSS HIIT (Máx 20)**	19:15 - 20:00 **CROSS HIIT (Máx 20)**	19:00 - 19:45 **Cycle total (Máx 12)**	19:15 - 20:00 **CROSS HIIT (Máx 20)**			
		20:00 - 20:45 **CROSS HIIT (Máx 20)**				

18/09/2025