



# HORARIO GROUP EXERCISE BALLY SAN PEDRO

ABRIL '09

	LUNES 20				MARTES 21				MIERCOLES 22				JUEVES 23				VIERNES 24			
HORA	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING
6:00 - 7:00								FUERZA								INTERVAL				
8:10 - 9:10	TOTAL FITNESS		ALLEGRO	FUERZA	POWER FLEX		ALLEGRO	INTERVAL	FIGHT-DO		ALLEGRO	INTERVAL	POWER FLEX		ALLEGRO	FUERZA	TOTAL FITNESS			INTERVAL
9:20 - 10:20	BELLY DANCE		ALLEGRO	INTERVAL	RITMOS LATINOS		ALLEGRO	INTERVAL			ALLEGRO	FUERZA	RITMOS LATINOS		ALLEGRO	INTERVAL		YOGA	ALLEGRO	INTERVAL
10:30 - 11:30	TOTAL FITNESS				POWER FLEX				POWER FLEX	YOGA			TOTAL FITNESS				ENDURANCE		ALLEGRO	
18:00 - 19:00			ALLEGRO		CIRCUITO		ALLEGRO		POWER FLEX		ALLEGRO		CIRCUITO		ALLEGRO					
19:30 - 20:30	PIYO !		ALLEGRO	INTERVAL	ENDURANCE		ALLEGRO	FUERZA		POWER YOGA	ALLEGRO	INTERVAL			ALLEGRO	FUERZA			ALLEGRO 7:00 pm	INTERVAL 7:00
20:30 - 21:30	RITMOS LATINOS	BOX	ALLEGRO	INTERVAL	BELLY DANCE	BOX	ALLEGRO	FUERZA	ZUMBA			FUERZA	RITMOS LATINOS	BOX	ALLEGRO	FUERZA				

SABADO 25				
HORA	MULTI	BOX	PILATES	SPINNING
10:00 - 11:00				TODO TERRENO
11:00 - 12:00				CARRERA
12:10 - 1:10	RITMOS LATINOS			

**ABDOMEN LUN A VIER**  
19:00 A 19:20 hrs



**LUNES A JUEVES:** 6:00am A 11:00pm  
 8:00 am A 4:00 pm
 **VIERNES:** cerramos a las 10:00pm  
**DOMINGOS:** 9:00 am A 2:00 pm
 **SABADOS:**

EL HORARIO PUEDE SUFRIR CAMBIOS SIN PREVIO AVISO