

HORARIO DE ACTIVIDADES

#VIVAGYMPUERTADELCARMEN



INICIO: 15 de marzo de 2021

EST	INICIO / FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
E2	07,15 / 08,00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E1	07,15 / 08,00				BODY PUMP			
E1	08,30 / 09,00		ABDOMINALES		ABDOMINALES			
E2	08,30 / 09,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	09,30 / 10,00	BODY PUMP	PILATES	TBC	V-STYLE	BODY BALANCE		
E2	09,30 / 10,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL
E2	10,30 / 11,15	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	POWER CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	10,30 / 11,15			V-YOGA				
E1	10,30 / 11,00		BODY PUMP		GAP	BODY PUMP	BODY PUMP	
E2	11,30 / 12,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL
E1	11,30 / 12,00	STRETCHING	ZUMBA	BODY BALANCE	PILATES	STRETCHING		
E1	12,30 / 13,00				HIPOPRESIVOS			
E1	12,30 / 13,15		V-YOGA					
E2	12,30 / 13,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	14,00 / 14,30							
E1	14,30 / 15,00	BODY PUMP	VIVAWOD		BODY PUMP	VIVAWOD		
E2	14,30 / 15,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	POWER CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E1	15,30 / 16,00	PILATES		GAP	BODY BALANCE			
E2	15,30 / 16,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE		
E1	16,15 / 16,45							
E1	16,30 / 17,15			V-YOGA				
E1	16,30 / 17,00	HIPOPRESIVOS						
E1	17,00 / 17,30							
E1	17,30 / 18,00	V-STYLE	VIVAWOD	PILATES	BODY PUMP	PILATES		
E1	17,45 / 18,15							
E2	17,45 / 18,30	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	POWER CYCLING	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	18,15 / 18,45	BODY BALANCE	BODY PUMP	GAP	V-STYLE	BODY PUMP		
HZ	18,30 / 19,00	HIIT ZONE		HIIT ZONE				
E2	18,30 / 19,15							
E2	18,45 / 19,30	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	POWER CYCLING	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	19,00 / 19,30	BODY COMBAT	ZUMBA	BODY PUMP	BODY BALANCE	ZUMBA		
E1	19,15 / 19,45							
E1	19,45 / 20,15	BODY PUMP	GAP	BODY COMBAT	TBC	VIVAWOD		
E2	19,45 / 20,30	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E1	20,30 / 21,00	ZUMBA						
E2	20,45 / 21,30	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E2	21,45 / 22,30	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		

¡Descárgate la nueva App!

Disponible para IOS y Android
Búscala como VivaGym Online



NORMATIVA GENERAL DE SEGURIDAD



MANTÉN LA DISTANCIA DE SEGURIDAD CON EL RESTO DE USUARIOS.



USA LOS KITS DE DESINFECCIÓN DURANTE TU ENTRENAMIENTO.



USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA.



ES OBLIGATORIO EL USO DE DOS TOALLAS. UNA PARA EL MATERIAL Y OTRA PARA TI.



ESPACIO SEGURO



PROGRAMA ENTRENAMIENTO NUTRICIÓN ENFOCADO



- > VIVAGYM TIENE TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS, Y SE RESERVA CUALQUIER MODIFICACIÓN DEL HORARIO POR MOTIVOS EXTERNOS.
- > ES OBLIGATORIO TENER DOS TOALLAS PARA ACCEDER A LAS AADD
- > NO SE PODRÁ ACCEDER A LA SALA UNA VEZ EMPEZADA LA SESIÓN.
- > LA CLASE DE VIVARUN SE INICIARÁ EN ENTRADA PRINCIPAL "PARQUE J.A. LABORDETA"

CYCLING LIFE	TONIFICACIÓN
CYCLING VIRTUAL	CARDIO
COREOGRAFIADAS	CUERPO-MENTE
FUNCIONAL	CLASES XPRESS

#VIVAGYMPUERTADELCARMEN

RESERVA TU PLAZA DESDE EL ÁREA DE CLIENTE-WEB EN WWW.VIVAGYM.ES O TU APP MÓVIL