

# HORARIO DE ACTIVIDADES

#VIVAGYMCÁNOVAS



INICIO: 30 DE AGOSTO

EST	INICIO / FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
E2	06:15 / 07:00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E2	07:15 / 08:00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E2	08:15 / 09:00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E1/TOS	08:15 / 08:45	GAP	BODY PUMP	BODY BALANCE	VIVA WOD			
TOS	09:15 / 09:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		
E2	09:15 / 10:00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	09:30 / 10:15	BODY PUMP	BODY BALANCE	ZUMBA	VIVA YOGA	BODY COMBAT		
E1	10:00 / 10:45						VIVA YOGA	
E1	10:30 / 11:00		BODY COMBAT		PILATES			
E1	10:30 / 11:15	VIVA DANCE		BODY PUMP		BODY BALANCE		
E2	10:30 / 11:15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	11:00 / 11:45						BODY PUMP	
E1/TOS	11:30 / 12:00	PILATES	VIVA WOD					
E1	11:30 / 12:15			VIVA YOGA				
E2	11:30 / 12:15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
E2	12:00 / 12:45						CYCLING LIFE	
E2	12:30 / 13:15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
E2	13:30 / 14:15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
TOS	14:15 / 14:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		
E1/TOS	14:30 / 15:00		GAP		VIVA WOD			
E1	14:30 / 15:15	BODY COMBAT		BODY PUMP		ZUMBA		
E2	14:30 / 15:15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL		
E1/E2	15:30 / 16:00	HIIT CYCLING	BODY PUMP	VIVA DANCE	PILATES	GAP		
E2	15:30 / 16:15		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
TOS	17:00 / 17:15	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		
E2	17:00 / 17:45	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	
E1	17:15 / 17:45	PILATES	BODY COMBAT	BODY BALANCE	BODY PUMP	BODY COMBAT		
E1	18:00 / 18:45	BODY COMBAT	VIVA DANCE	BODY PUMP	BODY BALANCE	BODY PUMP		
E2	18:00 / 18:45		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	
E2	18:15 / 18:45	HIIT CYCLING		HIIT CYCLING				
E1	19:00 / 19:45	ZUMBA	BODY PUMP	VIVA YOGA	BODY COMBAT			
E2	19:15 / 20:00	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	
E1/TOS	20:00 / 20:30		PILATES		VIVA WOD			
E1	20:00 / 20:45	BODY PUMP		BODY COMBAT				
E2	20:15 / 21:00	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL		
E1/TOS	21:00 / 21:30	GAP		VIVA WOD	BODY COMBAT			
E1	21:00 / 21:45		VIVA YOGA					
E2	21:15 / 22:00	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		

**VIVA DANCE**  
VIVAGYM

- Más intensa y dinámica. Quema más calorías por sesión.
- Gran variedad de estilos de bailes urbanos y contemporáneos. ¡No te aburrirás!
- Lo pasarás genial. ¡Ni te enterarás de que estás entrenando!

**HIT CYCLING**  
VIVAGYM

- Quema más calorías por sesión.
- Optimiza tu tiempo de entrenamiento.
- Trabaja por picos de intensidad.

- VIVA DANCE**
- HIT CYCLING**
- VIVA WOD**
- VIVA YOGA**

VIVAGYM TIENE TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS, Y SE RESERVA CUALQUIER MODIFICACIÓN DEL HORARIO POR MOTIVOS EXTERNOS.

NO SE PODRÁ ACCEDER A LA SALA UNA VEZ COMENZADA LA CLASE.

LA CLASE DE ABDOMINALES TIENE UNA DURACIÓN DE 15 MINUTOS.

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

DESCARGA EL HORARIO ESCANEANDO EL CÓDIGO QR



**#VIVAGYMCÁNOVAS**

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