

# HORARIO DE ACTIVIDADES

#VIVAGYMLASTORRES

VIVA  
GYM

INICIO: 30 DE AGOSTO

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



**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**  
VIVAGYM

**VIVA WOD**  
VIVAGYM

**HIT CYCLING**  
VIVAGYM

**LES MILLS BODY PUMP**

**VIVA RUN**  
VIVAGYM

**VIVA YOGA**  
VIVAGYM

**LES MILLS BODY BALANCE**

**LES MILLS BODY COMBAT**

➤ 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.

DESCARGA EL HORARIO ESCANEANDO EL CÓDIGO QR



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

#VIVAGYMLASTORRES

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