

# HORARIO DE ACTIVIDADES

#VIVAGYMPUERTADELCARMEN

VIVA  
GYM

INICIO: 30 DE AGOSTO 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 / 07,45				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 / 10,15	BODY PUMP	PILATES	TBC	VIVA DANCE	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	POWER CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	10,30 / 11,15			VIVA YOGA			BODY PUMP	
E1	10,30 / 11,00		BODY PUMP		GAP	BODY PUMP		
E2	11,30 / 12,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
E1	11,30 / 12,00	STRETCHING	ZUMBA	BODY BALANCE	PILATES	STRETCHING		
E1	12,30 / 13,00				HIPOPRESIVOS			
E1	12,30 / 13,15		VIVA YOGA					
E2	12,30 / 13,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	13,45 / 14,15	GAP		TBC				
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				
E2	15,30 / 16,15	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING LIFE		
E1	16,30 / 17,15			VIVA YOGA				
E1	16,30 / 17,00	HIPOPRESIVOS						
E1	17,30 / 18,00	VIVA DANCE	VIVAWOD	PILATES	BODY PUMP	PILATES		
E1	17,45 / 18,15							
E2	17,45 / 18,30		CYCLING LIFE		CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E2	17,45 / 18,15	HIT CYCLING		HIT CYCLING		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	18,30 / 19,15	BODY BALANCE	BODY PUMP	GAP	VIVA DANCE	BODY PUMP		
E2	18,45 / 19,30	CYCLING LIFE		POWER CYCLING		CYCLING LIFE	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E2	18,45 / 19,15		HIT CYCLING		HIT CYCLING		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
E1	19,30 / 20,15	BODY COMBAT	ZUMBA	BODY PUMP	BODY BALANCE	ZUMBA		
OUT	19,45 / 20,45		VIVARUN		VIVARUN			
E2	19,45 / 20,30	CYCLING LIFE	CYCLING LIFE	POWER CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E1	20,30 / 21,00	BODY PUMP	GAP	BODY COMBAT	TBC	VIVAWOD		
E1	21,15 / 21,45	ZUMBA	BODY PUMP					
E2	20,45 / 21,15	HIT CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
E2	21,45 / 22,30	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.

**HIT CYCLING**  
VIVAGYM

**VIVA DANCE**  
VIVAGYM

**VIVA RUN**  
VIVAGYM

**VIVA WOD**  
VIVAGYM

**VIVA YOGA**  
VIVAGYM

**LES MILLS BODYPUMP**

**LES MILLS BODYBALANCE**

**LES MILLS BODYATTACK**

**LES MILLS BODYCOMBAT**

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

- > 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"

DESCARGA EL HORARIO ESCANEANDO EL CÓDIGO QR



#VIVAGYMPUERTADELCARMEN

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