

HORARIO DE ACTIVIDADES

#VIVAGYMPUERTADELCARMEN

VIVA
GYM

INICIO: 2 DE NOVIEMBRE 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 / 18,15 | VIVA DANCE | | PILATES | BODY PUMP | PILATES | | |
| E1 | 17,30 / 18,00 | | VIVAWOD | | | | | |
| 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 | | |
| E2 | 20,45 / 21,15 | HIT CYCLING | CYCLING VIRTUAL | CYCLING VIRTUAL | CYCLING VIRTUAL | CYCLING VIRTUAL | | |
| E1 | 21,15 / 21,45 | ZUMBA | BODY PUMP | | | | | |
| 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.

| | |
|-----------------|---------------|
| 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