

CRONOGRAMA ANEXO 2025-1

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:00 - 8:00	SPINNING				
8:00 - 9:00	FLEX AEROPUERTO		PILATES AEROPUERTO		
09:00 - 10:00	PILATES ADMON				
10:00 - 11:00			TRX		FLEX ADMINISTRATIVOS
11:00 - 12:00	FLEX		FLEX SPINNING	ZUMBA	
12:00 - 12:30	FLEX ADMINISTRATIVOS	TRX	BOX	PILATES	
12:30 - 13:00					CONTEMPO
13:00 - 13:30	PILATES		PILATES		
13:30 - 14:00					
14:00 - 14:30	BOX	BOX		PILATES	BOX ZUMBA
14:30 - 15:00			BOX	TRX	
15:00 - 15:30					
15:30 - 16:00	ADMINISTRATIVOS				
16:00 - 16:30	ADMINISTRATIVOS				
16:30 - 17:00	ENTRENAMIENTO		ENTRENAMIENTO	ENTRENAMIENTO	ENTRENAMIENTO
16:30 - 17:00	CON PESAS		CON PESAS	CON PESAS	CON PESAS
17:00 - 18:00		ENTRENAMIENTO CON PESAS			ENTRENAMIENTO CON PESAS
18:00 - 19:00					
19:00 - 19:30					
19:00 - 20:00					

MTRA DANI 442 542 0686

MTRA LUZ 442 143 5341

ÁNGEL 442 377 7407

SOPHIE 442 152 0093

CHRISTIAN 413 100 1737