

HORARIO de actividades dirigidas

Centro

Horario Completo

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:20 - ST3 CORE 07:30 - 08:00 - FIT	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:20 - ST3 CORE 07:30 - 08:00 - FIT	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:20 - ST3			
08:00	PILATES 08:00 - 08:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:20 - ST3	B.PUMP 08:00 - 08:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:20 - ST3	PILATES 08:00 - 08:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:20 - ST3	B.PUMP 08:00 - 08:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:20 - ST3			
09:00	B.PUMP 09:30 - 10:20 - ST2 CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3 YOGA 09:30 - 10:20 - ST2	B.PUMP 09:30 - 10:20 - ST2 CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3 YOGA 09:30 - 10:20 - ST2	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:20 - ST3
10:00	B.BALANCE 10:30 - 11:20 - ST2 CICLO XPRESS 10:30 - 11:00 - ST3	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:20 - ST3 PILATES 10:30 - 11:20 - ST1	B.BALANCE 10:30 - 11:20 - ST2 CICLO XPRESS 10:30 - 11:00 - ST3	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:20 - ST3 PILATES 10:30 - 11:20 - ST1	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:20 - ST3	B.PUMP 10:00 - 10:50 - ST2	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:20 - ST3
11:00	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3 ZUMBA 11:30 - 12:20 - ST2	B.PUMP 11:00 - 11:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3 GIMNASIA SUAVE 11:30 - 12:20 - ST2	B.PUMP 11:00 - 11:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3	CICLO INDOOR 11:00 - 11:50 - ST3	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:20 - ST3
12:00	AQUADYNAMIC 12:30 - 13:20 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3	HIIT 12:00 - 12:30 - FIT AQUA GYM 12:30 - 13:20 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3	AQUADYNAMIC 12:30 - 13:20 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3	HIIT 12:00 - 12:30 - FIT AQUA GYM 12:30 - 13:20 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3	AQUA GYM 12:00 - 12:50 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3	AQUA GYM 12:00 - 12:50 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3 HIIT 12:30 - 13:00 - FIT	AQUA GYM 12:00 - 12:50 - AQA CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:20 - ST3
13:00	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:20 - ST3			
14:00	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:20 - ST3 GAP 14:30 - 15:00 - FIT	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:20 - ST3 HIIT 14:30 - 15:00 - FIT	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:20 - ST3 CORE 14:30 - 15:00 - FIT	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:20 - ST3 GAP 14:30 - 15:00 - FIT			
15:00	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:20 - ST3			
16:00	CICLO INDOOR VIR 16:30 - 17:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 16:30 - 17:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 16:30 - 17:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 16:30 - 17:20 - ST3			
17:00	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:20 - ST3	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:20 - ST3			
18:00	GAP 18:00 - 18:50 - ST2 CICLO INDOOR 18:30 - 19:20 - ST3	B.PUMP 18:00 - 18:50 - ST2	B.BALANCE 18:00 - 18:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:20 - ST3	B.COMBAT 18:00 - 18:50 - ST2 CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:20 - ST3			
19:00	AQUADYNAMIC 19:00 - 19:50 - AQA B.COMBAT 19:00 - 19:50 - ST2 HIIT 19:30 - 20:00 - FIT	AQUA GYM 19:00 - 19:50 - AQA CICLO INDOOR 19:00 - 19:50 - ST3 PILATES 19:00 - 19:50 - ST2	AQUADYNAMIC 19:00 - 19:50 - AQA B.PUMP 19:00 - 19:50 - ST2 HIIT 19:30 - 20:00 - FIT	AQUA GYM 19:00 - 19:50 - AQA PILATES 19:00 - 19:50 - ST1 ZUMBA 19:00 - 19:50 - ST2 CICLO INDOOR 19:30 - 20:20 - ST3			

HORARIO de actividades dirigidas

Centro

YO10
sportclub

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
20:00	CICLO INDOOR 20:00 - 20:50 - ST3	B.BALANCE 20:00 - 20:50 - ST1	B.COMBAT 20:00 - 20:50 - ST2	B.BALANCE 20:00 - 20:50 - ST2			
	YOGA 20:00 - 20:50 - ST1	B.PUMP 20:00 - 20:50 - ST2	CICLO INDOOR 20:00 - 20:50 - ST3	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:20 - ST3			
	ZUMBA 20:00 - 20:50 - ST2	CICLO INDOOR VIR 20:00 - 20:50 - ST3	YOGA 20:00 - 20:50 - ST1				
21:00	B.PUMP 21:00 - 21:50 - ST2	CICLO INDOOR VIR 21:30 - 22:00 - ST3	CICLO INDOOR VIR 21:00 - 21:50 - ST3	B.PUMP 21:00 - 21:50 - ST2			
	CICLO INDOOR VIR 21:00 - 21:50 - ST3			CICLO INDOOR VIR 21:30 - 22:00 - ST3			

[Acuáticas](#)
[Alta intensidad](#)
[Cardiovascular](#)
[Virtual](#)
[Coregráficas](#)
[Cuerpo/Mente](#)
[Fuerza](#)
[Senior](#)

YO10 se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información
en nuestra web

www.yodiez.com

YO10 en
las Redes sociales

