

# GYM

Entrenamiento virtual Aktiv 24/7, sujeto a disponibilidad.  
Las clases deben reservarse con antelación. Horario sujeto a cambios y/o cancelación.  
*24/7 Aktiv virtual training, subject to availability.*

*Classes must be booked in advance. Schedule subject to change and/or cancellation.*

LUNES <i>Monday</i>	MARTES <i>Tuesday</i>	MIÉRCOLES <i>Wednesday</i>	JUEVES <i>Thursday</i>	VIERNES <i>Friday</i>	SÁBADO <i>Saturday</i>	DOMINGO <i>Sunday</i>
Mañana   <i>Morning</i>						
HIIT 9h30 - 10h15	Gap 9h30 - 10h15	Cross Training 9h30 - 10h15	Spin / Fit 9h30 - 10h15	Yoga 9h30 - 11h00	Pilates Level 2 9h30 - 10h15	Crosstraining 9h30 - 10h15
Pump it up 10h45 - 11h15	Técnicas de relajacion 10h30 - 11h00	Pump it up 10h45 - 11h15	Pilates Level 2 10h30 - 11h15	Pilates Level 1 11h30 - 12h15	Cardio Dance 11h - 11h30	Cardio Dance 11h - 11h30
Cross Training 11h45 - 12h15	Aqua SO/ Fit 13h00 - 13h45	Stretch Golf 12h00 - 12h30	Aqua SO Fit 13h00 - 13h45	Técnicas de relajacion 12h30 - 13h00		
Tarde   <i>Afternoon</i>						
Pilates Level 1 17h30 - 18h15	Cross training 17h30 - 18h15	Pilates Level 2 17h30 - 18h15	HIIT 17h30 - 18h15	Cross training 17h30 - 18h15		
Chi Kung (Qi gong) 18h30 - 19h45	Spin/Fit 18h30 - 19h15	Yoga 18h30 - 20h00	Gap 18h30 - 19h15	Spin/Fit 18h45 - 19h30		
	Stretch Golf 19h30 - 20h00		Stretch Golf 19h30 - 20h00			