

ONNA SALUD Y MOVIMIENTO

Hora/Dia	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:30-10:30	HIPOPRESIVOS	PILATES (9:15)	HIPOPRESIVOS	PILATES (9:15)	
10:30-11:30	PILATES		PILATES		
11:30-12:00	GIMNASIA SALUDABLE	GIMNASIA SALUDABLE	GIMNASIA SALUDABLE	GIMNASIA SALUDABLE	
15:30-16:30		FUNCIONAL		PILATES	
17:00-18:00	PILATES	HIPOPRESIVOS	PILATES	HIPOPRESIVOS	
18:00-19:00	ZUMBA	PILATES	FUNCIONAL	PILATES	
19:00-20:00	FUNCIONAL	ESPALDA SANA / ESTIRAMIENTOS	ZUMBA	ESPALDA SANA / ESTIRAMIENTOS	
20:15-21:15	PILATES		PILATES		



R1 Sport Center

R1SPORTCENTER.COM