

HORARIO FORUS LA FLOTA
De lunes a viernes: de 7:00h a 23:00h
Sábados: de 9:00h a 21:00h.
Domingos y festivos: de 09:00h a 15:00h

- CUERPO Y MENTE
- ACUÁTICAS
- TONIFICACIÓN
- CARDIOVASCULARES
- COREOGRAFIADAS
- JUNIOR Y FAMILIARES
- SENIOR
- RAQUETA



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORA
07:15	S1 FITNESS ★	CI CICLO	S1 GAP	CI CICLO	S1 B. PUMP			07:15
07:30								07:30
07:45								07:45
08:30	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★			08:30
08:30	S4 PILATES ★	S4 ESPALDA SANA ★	S4 PILATES ★	S4 ESPALDA SANA ★	S4 PILATES ★			08:30
09:00								09:00
09:00			SF FORUS EXPERIENC		SF FUNCIONAL			09:00
09:15	S1 B. PUMP	S1 GAP	S1 JUMPING	S1 FITNESS	EX FORUS RUNNERS	CI CICLO	CI CICLO	09:15
09:15	EX FORUS RUNNERS		EX FORUS RUNNERS		S1 ZUMBA			09:15
09:15								09:15
09:30	SF FORUS EXPERIENC	SF QUEENAX						09:30
09:30	S4 PILATES ★	S4 YOGA ★	S4 PILATES ★	S4 YOGA ★	S4 PILATES ★			09:30
09:30	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★	S2 PILATES ★			09:30
09:30	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	S4 YOGA		09:30
09:45								09:45
10:00			SF FUNCIONAL					10:00
10:15			S1 B. PUMP		SF FORUS EXPERIENC	CI CICLO	S1 FITNESS	10:15
10:15						S1 B. PUMP		10:15
10:30								10:30
10:30	SF FUNCIONAL	SF FORUS EXPERIENC	SF QUEENAX	SF ANTIGRAVITY	S1 FITNESS			10:30
10:30	S1 B. ATTACK	S1 ZUMBA		S1 ZUMBA				10:30
10:45	S2 EN FORMA	S2 EN FORMA	S2 EN FORMA	S2 EN FORMA	S2 EN FORMA			10:45
10:45		CI CICLO		S4 MEDITACIÓN	S4 YOGA			10:45
11:00	PI AQUAFITNESS		PI AQUAFITNESS					11:00
11:00	S4 YOGA		S4 YOGA					11:00
11:00	CI CICLO		CI CICLO		PI AQUAFITNESS			11:00
11:15					SF QUEENAX	CI CICLO	CI CICLO	11:15
11:15						SF FORUS EXPERIENC		11:15
11:30	S1 ABDOMINALES	SF ANTIGRAVITY	SF ABDOMINALES	SF FORUS EXPERIENC				11:30
11:30								11:30
11:45	S2 PILATES	S2 PILATES	S2 PILATES	S2 PILATES	S2 ABDOMINALES			11:45
12:00	S1 ESTIRAMIENTOS		SF ESTIRAMIENTOS					12:00
12:15		PI AQUAFITNESS		PI AQUAFITNESS	S2 ESTIRAMIENTOS	SF FUNCIONAL	S2 PILATES	12:15
12:15						S2 PILATES		12:15
12:30	PI AQUAFITNESS		PI AQUAFITNESS					12:30
12:45				SF ABDOMINALES				12:45
13:00							SF FUNCIONAL	13:00
13:15								13:15
14:00								14:00
14:30		S1 B. PUMP		S1 B. PUMP				14:30
14:30	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO			14:30
14:45								14:45
15:00								15:00
15:30		SF FUNCIONAL		SF FUNCIONAL				15:30
15:45	S2 PILATES		S2 PILATES					15:45
16:00					S1 B. ATTACK			16:00
16:30	SF ABDOMINALES							16:30
17:00	S1 GAP		S1 GAP	S1 FITNESS	S1 B. PUMP			17:00
17:15		SF FORUS EXPERIENC						17:15
17:30					S2 PILATES			17:30
18:00	S2 PILATES		S2 PILATES					18:00
18:00	S1 B. PUMP	S1 FITNESS	S1 B. PUMP	S1 ZUMBA				18:00
18:15			SF ESTIRAMIENTOS		S1 GAP	SF FORUS EXPERIENC		18:15
18:30		CI CICLO		CI CICLO	S2 YOGA			18:30
18:45			SF FORUS EXPERIENC					18:45
19:00	CI CICLO	S2 PILATES	CI CICLO	S1 B. PUMP	SF FORUS EXPERIENC			19:00
19:00	S1 B. ATTACK	S1 B. COMBAT	S1 B. ATTACK	S2 PILATES				19:00
19:00	S2 YOGA		S2 YOGA					19:00
19:00	SF ANTIGRAVITY							19:00
19:15					CI CICLO			19:15
19:30	PI AQUAFITNESS	SF ABDOMINALES	PI AQUAFITNESS	SF ABDOMINALES	PI AQUAFITNESS	CI CICLO		19:30
19:45			SF ANTIGRAVITY		S1 ZUMBA			19:45
20:00	CI CICLO	CI CICLO	S1 ZUMBA	CI CICLO	S2 ABDOMINALES			20:00
20:00	S1 ZUMBA	S1 JUMPING		S2 PILATES				20:00
20:00	SF FORUS EXPERIENC	S2 PILATES						20:00
20:15		SF FORUS EXPERIENC	CI CICLO	SF FORUS EXPERIENC				20:15
20:15		PI AQUAFITNESS	PI AQUAFITNESS	PI AQUAFITNESS				20:15
20:15				S1 B. COMBAT				20:15
20:30	EX RUNNERS AV		EX RUNNERS AV					20:30
20:30	PI AQUAFITNESS				S2 ESTIRAMIENTOS			20:30
20:30	S2 PILATES	S4 YOGA	S2 PILATES	S4 YOGA	CI CICLO			20:30
20:45			SF FUNCIONAL					20:45
21:00	SF FUNCIONAL	S1 GAP		S2 ESPALDA SANA				21:00
21:00		S2 ZUMBA						21:00
21:15			SF ABDOMINALES	S1 ZUMBA				21:15
21:15	S1 B. PUMP	SF FUNCIONAL	S1 B. PUMP	SF FUNCIONAL				21:15
21:15	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO	CI CICLO				21:15
21:30	S2 ABDOMINALES		S2 B. ATTACK					21:30
21:45								21:45
22:00	S2 ESTIRAMIENTOS							22:00

Las actividades marcadas con una estrella son actividades con reserva previa

LA EMPRESA ATENDIENDO A RAZONES OBJETIVAS Y AVISANDO CON LA DEBIDA ANTELACIÓN, SE RESERVA EL DERECHO DE CAMBIO, AMPLIACIÓN O ANULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES.

LAS ACTIVIDADES , ABDOMEN, E. FUNCIONAL, ESTIRAMIENTOS Y MEDITACIÓN TENDRÁN UNA DURACIÓN DE 25 MIN.