

HORARIO WEB FORUS GETAFE
De Lunes a viernes: de 07:00 a 23:00h
Sábados: de 09:00 a 21:00h
Domingos y Festivos: de 09:00 a 15:00h

■ CUERPO Y MENTE ■ ACUÁTICAS ■ TONIFICACIÓN ■ CARDIOVASCULARES
■ BAILE ■ JUNIOR Y FAMILIARES ■ SENIOR ■ RAQUETA



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORA
07:15	CI CICLO	S3 B. PUMP	CI CICLO	S3 SH'BAM	PI FORUS SWIMMERS			07:15
07:15	PI FORUS SWIMMERS				S3 ATTACK-CXWORX			07:15
07:30	S3 COMBAT 30'			SI I. WALKING				07:30
07:45			PI FORUS SWIMMERS					07:45
08:00	S4 ZUMBA	S4 HIPOPRESIVOS	AL CLUB SENDERISTA					08:00
08:15	S3 EN FORMA	SI I. WALKING	S3 GAP	S3 B. PUMP				08:15
08:15		S3 ATTACK-CXWORX						08:15
08:30				CI CICLO	S3 FITNESS			08:30
08:30			S4 YOGA	S4 PILATES	SI I. WALKING			08:30
08:45			SI I. WALKING					08:45
09:00	S4 YOGA	S4 PILATES			S4 YOGA			09:00
09:00	CI CICLO							09:00
09:15	CI CICLO	S3 B. COMBAT	★ S3 ZUMBA			CI CICLO	SI I. WALKING	09:15
09:15	AL CLUB SENDERISTA							09:15
09:15	S3 B. ATTACK						S4 PILATES BASIC	09:15
09:30		FU ABDOMINALES	CI CICLO	SI I. WALKING	CI CICLO	S4 PILATES BASIC		09:30
09:30				S4 CROSS TRAINING				09:30
09:30	SI I. WALKING	SI I. WALKING	S4 B. ATTACK	FU ESTIRAMIENTOS	S3 B. COMBAT	★ S3 B. COMBAT	S3 ZUMBA	09:30
09:45			AL RUNNERS AV		AL FORUS RUNNERS		CI CICLO	09:45
10:00	PI AQUAFITNESS	S4 YOGA	★		SI I. WALKING			10:00
10:00	S4 PILATES	★ PI AQUADYNAMIC	★ PI AQUAFITNESS	★ PI AQUAFITNESS	★	S4 HIPOPRESIVOS		10:00
10:00		FU ESTIRAMIENTOS						10:00
10:15	CI FORUS BIKERS	S3 ZUMBA	★ S3 B. PUMP				S4 B. BALANCE	10:15
10:15	S3 B. PUMP			S3 ABDOMINALES		SI I. WALKING		10:15
10:15	AL FORUS RUNNERS			CI CICLO				10:15
10:30	SI I. WALKING	CI CICLO	SI I. WALKING	S4 B. BALANCE	S4 CXWORX	S3 SH'BAM	S3 CXWORX	10:30
10:30			S4 B. COMBAT	SI I. WALKING	S3 ZUMBA	★		10:30
10:45		SI I. WALKING					SI I. WALKING	10:45
10:45			CI CICLO	S3 ZUMBA				10:45
11:00	S4 B. BALANCE	PI AQUAFITNESS	★	PI AQUAFITNESS	★ S4 PILATES	★ S4 PILATES		11:00
11:00		S4 B. BALANCE			PI AQUAFITNESS	★		11:00
11:15	FU ABDOMINALES	S3 PUMP-CXWORX	PI AQUAFITNESS	★	CI CICLO		S3 B. PUMP	★
11:15	PI AQUAFITNESS	★	S3 SH'BAM				CI CICLO	
11:15	S3 SH'BAM	★						11:15
11:30	CI CICLO		S4 PILATES	★ CI CICLO	S3 B. PUMP	CI CICLO		11:30
11:30			FU ABDOMINALES	S4 YOGA	★	S3 B. PUMP	★	11:30
11:45	FU FUNCIONAL			S3 PUMP-CXWORX			S4 PILATES	★
11:45	SI I. WALKING							11:45
12:00	S4 CROSS TRAINING	CI CICLO			SI I. WALKING	SI I. WALKING		12:00
12:00	S5 MAMÁS Y BEBÉS		FU FUNCIONAL					12:00
12:15			PI AQUADYNAMIC	★				12:15
12:15	PI AQUAFITNESS	★ S3 SH'BAM	S3 FITNESS		CI CICLO		SI I. WALKING	12:15
12:30					S4 B. BALANCE	S3 ZUMBA		12:30
12:30	S3 GAP		S4 HIPOPRESIVOS		PI AQUAFITNESS	S4 ABDOMINALES		12:30
12:30					S3 OLEFIT			12:30
12:45				S4 EMBARAZADAS				12:45
12:45				S3 GAP			CI CICLO	12:45
13:00						CI CICLO	PI AQUAFITNESS	13:00
13:00						S4 ESTIRAMIENTOS		13:00
13:30						PI AQUAFITNESS		13:30
13:30						S3 PUMP BASIC		13:30
13:30						S4 COMBAT BASIC		13:30
14:15	S3 CXWORX							14:15
14:30			S4 B. BALANCE					14:30
14:30	SI I. WALKING	S3 B. ATTACK	S3 B. PUMP	S4 CROSS TRAINING	CI CICLO			14:30
14:45	S3 B. COMBAT	CI CICLO		CI CICLO				14:45
15:00					S3 COMBAT 30'			15:00
15:30			CI CICLO 30'	S4 PILATES	S3 PUMP 30'			15:30
15:30			SI I. WALKING					15:30
15:45	S3 OLEFIT							15:45
16:00					S4 MAMÁS Y BEBÉS			16:00
16:30	S4 ABDOMINALES	CI CICLO						16:30
16:30		S3 CXWORX						16:30
16:45	S3 ZUMBA	S5 SH'BAM KIDS 8-11	S5 ZUMBA MIX 4-11	SI I. WALKING				16:45
16:45			CI CICLO	S4 ZUMBA				16:45
16:45			S3 SH'BAM	S5 SPORT KIDS 8-11				16:45
17:00	CI CICLO	S4 ZUMBA	★	CI CICLO		S3 B. SALÓN		17:00
17:00	S4 B. BALANCE	PI AQUAFITNESS	S4 B. BALANCE	S3 B. PUMP	S4 HIPOPRESIVOS	S3 B. PUMP		17:00
17:15		S3 B. COMBAT	SI I. WALKING		SI I. WALKING			17:15
17:30	SI I. WALKING	★ SI I. WALKING	★					17:30
17:45			FU ABDOMINALES					17:45
17:45	S3 B. PUMP	★ CI CICLO	S3 B. COMBAT	S4 B. BALANCE				17:45
18:00	S4 B. ATTACK	★ S4 PILATES	CI CICLO	S3 B. COMBAT	S3 B. PUMP	CI CICLO		18:00
18:00	FU FUNCIONAL		S4 PILATES	★ FU FUNCIONAL	CI CICLO MAX			18:00
18:15	CI CICLO	S3 FITNESS	★ FU FUNCIONAL	CI FORUS BIKERS	S4 PILATES			18:15
18:15		FU FUNCIONAL	SI I. WALKING	★				18:15
18:30	S5 SPORT GAMES 4-7	SI I. WALKING		FU ABDOMINALES				18:30
18:30	SI I. WALKING			SI I. WALKING				18:30
18:45	S3 SH'BAM	CI CICLO	S3 ZUMBA	S4 PILATES	SI I. WALKING			18:45
19:00			CI CICLO					19:00
19:00			S4 ESTIRAMIENTOS	PI AQUADYNAMIC	★ S3 B. COMBAT	★		19:00
19:00	S4 PILATES	★ S4 YOGA	★ PI AQUADYNAMIC	S3 STEP		FU ABDOMINALES		19:00
19:15	CI CICLO	★ AL RUNNERS INI			S4 B. BALANCE			19:15
19:15	AL FORUS RUNNERS		SI I. WALKING					19:15
19:15		S3 GAP	★					19:15
19:30	SI I. WALKING		S4 YOGA	★ CI CICLO				19:30
19:30		SI I. WALKING		AL RUNNERS AV				19:30
19:45	S3 B. COMBAT	★ CI CICLO	★ S3 B. PUMP	★	PI AQUAFITNESS			19:45
19:45			FU ABDOMINALES	SI I. WALKING				19:45
19:45				S4 ESTIRAMIENTOS				19:45
20:00	S4 ABDOMINALES		PI AQUAFITNESS		S3 ZUMBA			20:00
20:00		S4 ESTIRAMIENTOS	CI CICLO	S3 FITNESS	CI CICLO			20:00

20:00	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	20:00
20:15		S3 STEP	SI I. WALKING					20:15
20:15	CI CICLO			S4 ATTACK-CXWORX				20:15
20:15	PI AQUAFITNESS	PI AQUAFITNESS			SI I. WALKING			20:15
20:30	S4 YOGA	★ S4 CXWORX	AL FORUS RUNNERS					20:30
20:30		SI I. WALKING						20:30
20:30	SI I. WALKING	PI FORUS SWIMMERS	S4 B. ATTACK	PI FORUS SWIMMERS	S4 PILATES			20:30
20:45		CI CICLO	S3 DANCE					20:45
20:45	S3 ZUMBA			CI CICLO				20:45
21:00		S4 HIPOPRESIVOS	CI CICLO	S3 OLEFIT				21:00
21:15	CI CICLO			SI I. WALKING				21:15
21:15		S3 B. PUMP	SI I. WALKING 30'	S4 CROSS TRAINING				21:15
21:30	S4 CROSS TRAINING	SI I. WALKING	S4 CROSS TRAINING					21:30
21:45	S3 CXWORX							21:45

La empresa, atendiendo a razones objetivas y avisando con la debida antelación, se reserva el derecho de cambio, ampliación o anulación de las actividades.

El acceso a las AADD está limitado por razones de edad. Consulta la normativa de acceso en recepción al respecto.

Las actividades 30, BASIC, Abdomen, Cx-Worx, Funcional, Estiramientos y F. Runners Ini. tendrán una duración de 25 min.

Las actividades marcadas con una estrella (*) son de reserva previa desde 30 min antes de la hora de inicio de la actividad a excepción de las actividades acuáticas, que serán con 45 min.