



Avda. San Pablo nº 49, 28823 Coslada / Tel. 91 674 21 13 / Fax 91 231 82 02

Horario: Lunes a viernes 7:30 a 23:00 / Sábados y Domingos 9:30 a 14:30

e-mail: bodyland@gmail.com / web: www.bodylandfitness.com

Facebook / Tuenti / Twitter / meetus.es

"Bodyland Fitness"



HORARIO A PARTIR DEL 26 JUNIO DE 2017

SALA 1 FITNESS

SALA 2 CUERPO MENTE

SALA 3 CICLISMO INDOOR

SALA 1 FITNESS					SALA 2 CUERPO MENTE					SALA 3 CICLISMO INDOOR					SÁBADO	DOMINGO
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
7:30					7:30					7:30						
8:00					8:00					8:00	*CICLISMO INDOOR Luis Ceballos 7:45/8:45		*CICLISMO INDOOR Luis Ceballos 7:45/8:45			
9:00					9:00					9:00						
10:00	BODY BODY FIT Alba 9:30/10:30	EDAD DE ORO Eva 9:30/10:30	BODY BOX Ángel 9:30/10:30	EDAD DE ORO Eva 9:30/10:30	10:00					10:00						
11:00	PUMP Ángel 10:30/11:30	MEJORAM FÍSICO Nacho 10:30/11:30	PUMP Ángel 10:30/11:30		11:00				*TAI CHI Alicia 10:00/11:00	11:00			*CICLISMO INDOOR Luis Ceballos 10:30/11:30	*CICLISMO INDOOR Sergio 10:30/11:30		
12:00				*Cross-Training Nacho 11:30/12:15	12:00					12:00	*CICLISMO INDOOR Ángel 11:30/12:30	*CICLISMO INDOOR Victor 11:30/12:30			PUMP Isa 11:00/12:00	
13:00					13:00					13:00					*CICLISMO INDOOR Rafa 12:00/13:00	*CICLISMO INDOOR Luis Ceballos 12:00/13:00
14:00		CORE 14:00/14:30	GAP 14:00/14:30	ABDOMEN 14:00/14:30	14:00					14:00	*CICLISMO INDOOR Ángel 14:15/15:15		*CICLISMO INDOOR Fran 14:30/15:30			
15:00				PUMP Ángel 14:30/15:30	15:00			*PILATES Arancha 14:30/15:30		15:00						
16:00					16:00					16:00						
17:00					17:00					17:00						
18:00	ABDOMEN Ángel	PUMP Ángel 17:30/18:30	ZUMBA BODY FIT Tania 17:30/18:30		18:00				*PILATES Luis Collada 18:00/19:00	*BODY MIND Sergio 18:00/19:00	*PILATES Luis Collada 18:00/19:00	*CICLISMO INDOOR Laura 17:30/18:30	*CICLISMO INDOOR Rafa 18:00/19:00	*CICLISMO INDOOR Sergio 17:30/18:30		
19:00	PUMP Sergio 18:30/19:30	BODY BOX Ángel 18:30/19:30	*CROSS 30 Ángel 18:00/19:00	GAP Ángel 18:00/19:00	19:00				*TAI CHI Alicia 19:00/20:00	*BODY MIND Luis Collada 19:00/20:00	*PILATES Isa 19:00/20:00	*CICLISMO INDOOR Luis Ceballos 18:30/19:30	*CICLISMO INDOOR Javi 19:00/20:00			
20:00	ZUMBA BODY FIT Beatriz 19:30/20:30	ZUMBA BODY FIT Tania 19:30/20:30	PUMP Sergio 19:30/20:30	ZUMBA BODY FIT Olga 19:00/20:00	20:00				*PILATES Luis Collada 20:00/21:00	*BOLLYWOOD Angelinas 20:00/21:00	*RITMOS LATINOS Bernardo 20:00/21:00	*CICLISMO INDOOR Fran 19:30/20:30		*CICLISMO INDOOR Fran 19:30/20:30		
21:00	CORE Sergio	ABDOMEN Sergio	CORE Sergio	BODY BOX Ángel 20:00/21:00	21:00				*BODY MIND Luis Collada 21:00/22:00	** KAJUKENBO Pedro 21:00/22:30	*YOGA María 21:00/22:00	*CICLISMO INDOOR Luis Collada 20:30/21:30	*CICLISMO INDOOR Ángel 21:00/22:00	*CICLISMO INDOOR Luis Collada 20:30/21:30		
22:00		PUMP Sergio 21:00/22:00			22:00											
23:00					23:00											

* Actividad de aforo limitado. Es necesaria la reserva previa en recepción. La reserva es personal, en el día y en el centro.

**Actividad grupo externo (no cotidiana, no incluida en la cuota de socio)

El presente plan de clases es susceptible de modificación a juicio de la dirección técnica

MÍNIMO 4 PERSONAS

Clases dirigidas pertenecientes a escuela