



ANTONIO VERDÚ SPORT CENTER

HORARIO CLASES



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30 A 10:30	ABS STRETCHING	ZUMBA	AVPUMP	PILATES	GAP
18:00 A 19:00	AVPUMP	CIRCUITO	ZUMBA	AV ENTRENOS	ZUMBA + LIFT
19:00 A 20:00	ZUMBA	AVCOMBAT	GAP	AVPUMP	AV ENTRENOS
20:00 A 21:00	AV ENTRENOS	STRETCHING	AV ENTRENOS	AV ENTRENOS	AV ENTRENOS

INTENSIDAD DE LAS CLASES SEGÚN COLORES



INTENSIDAD ALTA



INTENSIDAD MEDIA



INTENSIDAD BAJA