HORARIO
de actividades dirigidas

Centro — Horario Completo

YO10 sportclub

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	CYCLING 07:30 - 08:20 - ST3	CYCLING 07:30 - 08:20 - ST3 QUEENAX 07:30 - 08:00 - FIT	B.PUMP 07:30 - 08:20 - ST1 CYCLING VIRTUAL 07:30 - 08:20 - ST3	CYCLING 07:30 - 08:20 - ST3	CYCLING VIRTUAL 07:30 - 08:20 - ST3		
08:00	AQUA GYM 08:00 - 08:50 - AQA PILATES 08:00 - 08:50 - ST2 QUEENAX 08:00 - 08:30 - FIT CORE 08:30 - 09:00 - ST1	FUNC STRENGTH 08:00 - 08:30 - ST1 B.ATTACK 30 08:30 - 09:00 - ST1	AQUA GYM 08:00 - 08:50 - AQA PILATES 08:00 - 08:50 - ST2 QUEENAX 08:00 - 08:30 - FIT B.BALANCE 08:30 - 09:00 - ST1 CYCLING 08:30 - 09:20 - ST3	QUEENAX 08:00 - 08:30 - FIT CORE 08:30 - 09:00 - ST1	AQUA GYM 08:00 - 08:50 - AQA QUEENAX 08:30 - 09:00 - FIT ZUMBA 08:30 - 09:20 - ST1		
09:00	CYCLING 09:00 - 09:50 - ST3 B.BALANCE 09:30 - 10:20 - ST2 B.PUMP 09:30 - 10:20 - ST1 QUEENAX 09:30 - 10:00 - FIT	CORE 09:00 - 09:30 - FIT CYCLING 09:00 - 09:50 - ST3 STEP 09:30 - 10:20 - ST1	B.PUMP 30 09:00 - 09:30 - ST1 B.COMBAT 09:30 - 10:20 - ST1	CYCLING 09:00 - 09:50 - ST3 YOGA 09:00 - 09:50 - ST2 B.PUMP 09:30 - 10:20 - ST1	CYCLING VIRTUAL 09:00 - 09:50 - ST3 PILATES 09:30 - 10:20 - ST2		
10:00	AQUA GYM 10:30 - 11:20 - AQA YOGA 10:30 - 11:20 - ST2 ZUMBA GOLD 10:30 - 11:20 - ST1	AQUA GYM 10:30 - 11:20 - AQA B.PUMP 10:30 - 11:20 - ST1 PILATES 10:30 - 11:20 - ST2	CYCLING 10:00 - 10:50 - ST3 AQUA GYM 10:30 - 11:20 - AQA B.ATTACK 30 10:30 - 11:00 - ST1 B.BALANCE 10:30 - 11:20 - ST2 QUEENAX 10:30 - 11:00 - FIT	AQUA GYM 10:30 - 11:20 - AQA B.COMBAT 10:30 - 11:20 - ST1 PILATES & PROPS 10:30 - 11:20 - ST2	AQUA GYM 10:30 - 11:20 - AQA HIIT 10:30 - 11:00 - ST1 YOGA 10:30 - 11:20 - ST2	B.ATTACK 10:30 - 11:20 - ST1	CYCLING 10:30 - 11:20 - ST3
11:00	B.COMBAT 11:30 - 12:20 - ST1 GIMNASIA SUAVE 11:30 - 12:20 - ST2	CYCLING VIRTUAL 11:00 - 11:50 - ST3 PILATES NOVEL 11:30 - 12:20 - ST2 QUEENAX 11:30 - 12:00 - FIT	CORE 11:00 - 11:30 - ST1 B.PUMP 11:30 - 12:20 - ST1 GIMNASIA SUAVE 11:30 - 12:20 - ST2 STRETCHING 11:30 - 12:00 - FIT	CYCLING VIRTUAL 11:00 - 11:50 - ST3 QUEENAX 11:00 - 11:30 - FIT PILATES NOVEL 11:30 - 12:20 - ST2 ZUMBA STEP 11:30 - 12:20 - ST1	CORE 11:00 - 11:30 - ST1 CYCLING 11:30 - 12:20 - ST3 GIMNASIA SUAVE 11:30 - 12:20 - ST2 QUEENAX 11:30 - 12:00 - FIT	CYCLING 11:30 - 12:20 - ST3	B.PUMP 11:30 - 12:20 - ST1
12:00	CYCLING 12:00 - 12:50 - ST3 AQUA GYM 12:30 - 13:20 - AQA PILATES 12:30 - 13:20 - ST2 ZUMBA 12:30 - 13:20 - ST1	AQUA FITNESS 12:30 - 13:20 - AQA CYCLING 12:30 - 13:20 - ST3 ZUMBA 12:30 - 13:20 - ST1	CYCLING 12:00 - 12:50 - ST3 AQUA GYM 12:30 - 13:20 - AQA PILATES 12:30 - 13:20 - ST2 ZUMBA 12:30 - 13:20 - ST1	CYCLING 12:30 - 13:20 - ST3 ZUMBA 12:30 - 13:20 - ST1	AQUAZUMBA 12:30 - 13:20 - AQA B.COMBAT 12:30 - 13:20 - ST1	AQUA GYM 12:30 - 13:20 - AQA B.PUMP 12:30 - 13:20 - ST1	AQUA GYM 12:00 - 12:50 - AQA QUEENAX 12:30 - 13:00 - FIT
13:00	QUEENAX 13:00 - 13:30 - FIT B.PUMP 13:30 - 14:20 - ST1	HIIT 13:00 - 13:30 - ST2 B.ATTACK 13:30 - 14:20 - ST1 QUEENAX 13:30 - 14:00 - FIT	B.PUMP 13:30 - 14:20 - ST1	AQUA HIIT 13:00 - 13:30 - AQA B.PUMP 13:30 - 14:20 - ST1	B.PUMP 13:30 - 14:20 - ST1		

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

YO10 se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información en nuestra web www.yodiez.com

YO10 en las Redes sociales

HORARIO
de actividades dirigidas

Centro

YO10 sportclub

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
14:00				CORE 14:00 - 14:30 - ST2			
15:00	B.ATTACK 15:00 - 15:50 - ST1 CYCLING VIRTUAL 15:00 - 15:50 - ST3	CYCLING 15:00 - 15:50 - ST3 QUEENAX 15:00 - 15:30 - FIT	B.PUMP 15:00 - 15:50 - ST1 CYCLING VIRTUAL 15:00 - 15:50 - ST3	CYCLING 15:00 - 15:50 - ST3	CYCLING VIRTUAL 15:00 - 15:50 - ST3 QUEENAX 15:00 - 15:30 - FIT		
16:00		CORE 16:30 - 17:00 - ST1					
17:00	CORE 17:00 - 17:30 - ST2 PILATES NOVEL 17:30 - 18:20 - ST2 QUEENAX 17:30 - 18:00 - FIT	CYCLING 17:00 - 17:50 - ST3 B.PUMP 17:30 - 18:20 - ST1	B.COMBAT 17:00 - 17:50 - ST1 PILATES NOVEL 17:30 - 18:20 - ST2 QUEENAX 17:30 - 18:00 - FIT	CORE 17:00 - 17:30 - ST1 CYCLING VIRTUAL 17:00 - 17:50 - ST3 B.PUMP 17:30 - 18:20 - ST1 QUEENAX 17:30 - 18:00 - FIT	CYCLING VIRTUAL 17:30 - 18:20 - ST3	QUEENAX 17:30 - 18:00 - FIT	
18:00	B.COMBAT 18:00 - 18:50 - ST1 CYCLING 18:00 - 18:50 - ST3 STEP 18:30 - 19:00 - ST2	B.BALANCE 18:00 - 18:50 - ST2 POWER 18:30 - 19:20 - ST1 QUEENAX 18:30 - 19:00 - FIT	CYCLING 18:00 - 18:50 - ST3 STEP 18:30 - 19:00 - ST1	B.BALANCE 18:00 - 18:50 - ST2 POWER 18:30 - 19:20 - ST1	QUEENAX 18:00 - 18:30 - FIT ZUMBA 18:00 - 18:50 - ST1	B.COMBAT 18:00 - 18:50 - ST1	
19:00	AQUA GYM 19:00 - 19:50 - AQA B.BALANCE 19:00 - 19:50 - ST2 B.PUMP 19:00 - 19:50 - ST1 QUEENAX 19:00 - 19:30 - FIT CYCLING 19:30 - 20:20 - ST3	AQUA FITNESS 19:00 - 19:50 - AQA CYCLING 19:00 - 19:50 - ST3 PILATES NOVEL 19:00 - 19:50 - ST2 ZUMBA 19:30 - 20:00 - ST1	AQUA GYM 19:00 - 19:50 - AQA B.BALANCE 19:00 - 19:50 - ST2 B.PUMP 19:00 - 19:50 - ST1 QUEENAX 19:00 - 19:30 - FIT	AQUA FITNESS 19:00 - 19:50 - AQA B.ATTACK 30 19:00 - 19:30 - ST2 CYCLING 19:00 - 19:50 - ST3 B.COMBAT 19:30 - 20:20 - ST1 QUEENAX 19:30 - 20:00 - FIT ZUMBA STEP 19:30 - 20:20 - ST2	AQUA GYM 19:00 - 19:50 - AQA CORE 19:00 - 19:30 - ST1 CYCLING 19:30 - 20:20 - ST3	B.PUMP 19:00 - 19:50 - ST1	
20:00	B.ATTACK 20:00 - 20:50 - ST1 PILATES 20:00 - 20:50 - ST2 CYCLING 20:30 - 21:20 - ST3	B.COMBAT 20:00 - 20:50 - ST1 CORE 20:00 - 20:30 - ST2 CYCLING 20:30 - 21:20 - ST3 QUEENAX 20:30 - 21:00 - FIT YOGA 20:30 - 21:20 - ST2	CYCLING 20:00 - 20:50 - ST3 QUEENAX 20:00 - 20:30 - FIT ZUMBA 20:00 - 20:50 - ST1	HIIT 20:00 - 20:50 - OUT CORE 20:30 - 21:00 - ST1 CYCLING 20:30 - 21:20 - ST3 YOGA 20:30 - 21:20 - ST2	QUEENAX 20:00 - 20:30 - FIT B.PUMP 20:30 - 21:20 - ST1		
21:00	HIIT 21:00 - 21:30 - ST1 QUEENAX 21:00 - 21:30 - FIT B.COMBAT 21:30 - 22:20 - ST1 CYCLING VIRTUAL 21:30 - 22:20 - ST3	HIIT 21:00 - 21:30 - ST1 B.PUMP 21:30 - 22:20 - ST1 URBAN DANCE 21:30 - 22:20 - ST2	CORE 21:00 - 21:30 - ST1 CYCLING 21:00 - 21:50 - ST3 PILATES 21:15 - 22:05 - ST2 B.COMBAT 21:30 - 22:20 - ST1 QUEENAX 21:30 - 22:00 - FIT	HIIT 21:00 - 21:30 - ST1 QUEENAX 21:00 - 21:30 - FIT URBAN DANCE 21:30 - 22:20 - ST2			

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

YO10 se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información en nuestra web www.yodiez.com

YO10 en las Redes sociales

HORARIO
de actividades dirigidas

Centro

YO10 sportclub

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
22:00		QUEENAX 22:00 - 22:30 - FIT		QUEENAX 22:00 - 22:30 - FIT			

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

YO10 se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información en nuestra web
www.yodiez.com

YO10 en las Redes sociales