

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
07:15h	TONIFICACIÓN 7:15		CORE 7:15		BIKE 7:15	
08:00h						
09:00h	TRX + ABD 9:30	BIKE 9:30	ZUMBA 9:30	HIT+ABD 9:30	BIKRAM 9:30	BIKE 9:00
10:00h		PILATES 10:30		PILATES 10:30		BIKE 10:00
11:00h						
14:00h		BIKE 14:00		TONIFICACIÓN 14:00		ZUMBA INFANTIL 12:00
17:00h	PILATES 17:30				PILATES 17:30	
18:00h	BIKE 18:30	TRX + ABD 18:00	BIKE 18:30	TRX + ABD 18:30	BIKE 18:30	
19:00h	YOGA 19:00	BIKE 18:30	ENT. FUNCIONAL 18:30	TRX + ABD 18:30		
20:00h		TONIFICACIÓN 19:30	TRX + GAP 19:30-20:15	GAP 19:30		
21:00h			BOX TRAINING 20:15-20:45			
			POWERHIT 20:45-21:15			

AL COMIENZO DE CADA CLASE, PREGUNTAR AL MONITOR O EN RECEPCIÓN DONDE SE VA A REALIZAR LA CLASE. LAS CLASES SE PUEDEN RESERVAR DESDE UN DÍA ANTES LLAMANDO A LOS TELÉFONOS 96 663 06 17 - 661 592 845

HORARIO CLUB
DE LUNES A VIERNES DE 7:00 H. A 21:00 H.
SÁBADOS - DOMINGOS - FESTIVOS DE 8.00 A 14:00 H.



www.tiropichon.com

CLUB DEPORTIVO TIRO DE PICHÓN

CARDIO VASCULAR BODY MIND

TONIFICACIÓN MUSCULAR ACTIVIDADES DE PAGO

ACTIVIDADES VIRTUALES
Para las clases virtuales avisar al monitor de sala