



HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

INCLUIDAS EN TU ABONO

a partir del 04/09/2023

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA
7:15	LES MILLS BODYPUMP 45'	1	7:30	CORE	3	7:15	CICLO VIRTUAL	2	7:30	CORE	3	7:30	STRETCHING	3	9:15	LES MILLS BODYPUMP 45'	1
8:30	SYNRGY 360	sala	8:00	CICLO VIRTUAL	2	8:15	CICLO VIRTUAL	2	8:00	CICLO VIRTUAL	2	8:00	CICLO VIRTUAL	2	9:30	CICLO VIRTUAL	2
			9:00	SYNRGY 360	sala	8:15	FUNCIONAL EXPRESS	1	9:00	SYNRGY 360	sala						
9:30	CORE	3	9:30	AQUAFITNESS		9:30	CORE	3	9:15	G.A.P	1	9:30	CORE	3			
10:00	FUNCIONAL EXPRESS	1	9:30	LES MILLS BODYPUMP	1	9:30	LES MILLS SH'BAM	1	10:00	PILATES BÁSICO 45'	3	10:00	LES MILLS BODYCOMBAT	1	10:30	LES MILLS BODYPUMP	1
10:00	CICLO INDOOR	2							9:45	AQUADYATRIC		10:15	AQUAFITNESS		11:45	CICLO INDOOR	2
10:15	AQUAFITNESS		10:00	PILATES BÁSICO	3	10:00	CICLO INDOOR	2	10:00	CICLO INDOOR	2		CICLO INDOOR	2			
			10:30	CICLO INDOOR	2	10:15	LES MILLS BODYBALANCE	3	10:00	ZUMBA	1	10:30	LES MILLS BODYBALANCE	3			
10:30	LES MILLS BODYBALANCE	3					AQUAFITNESS										
									10:45	ESPALDA SANA	3				17:30	CICLO VIRTUAL	2
11:00	LES MILLS BODYPUMP	1	11:00	tone	1	11:00	G.A.P	1	11:00	LES MILLS BODYPUMP	1	11:15	FUNCIONAL EXPRESS	1			
															19:30	CICLO VIRTUAL	2
			12:00	ESPALDA SANA	3												
12:00	ESPALDA SANA	3				12:15	PILATES BÁSICO 45'	3	12:00	ESPALDA SANA	3	12:00	ESPALDA SANA	3			
13:00	CICLO VIRTUAL	2				13:00	CICLO VIRTUAL	2									
			13:00	SYNRGY 360	sala				13:00	SYNRGY 360	sala						
			13:45	CORE	3	14:00	LES MILLS BODYATTACK 30'	1	13:30	CORE	3						
14:00	LES MILLS BODYPUMP	1	14:15	CICLO VIRTUAL	2	14:30	CORE	1	14:00	CICLO VIRTUAL	2	14:00	CICLO VIRTUAL	2			
16:00	CICLO VIRTUAL	2	16:00	CICLO VIRTUAL	2				16:00	CICLO VIRTUAL	2						
17:00	G.A.P	3				17:00	CICLO VIRTUAL	2									
			17:00	ESPALDA SANA	3				17:00	ESPALDA SANA	3						
17:30	CICLO VIRTUAL	2	17:30	CICLO VIRTUAL	2												
18:00	ZUMBA	1				17:45	G.A.P	1	17:30	CICLO VIRTUAL	2				17:30	SYNRGY 360	sala
18:00	SYNRGY 360	sala	17:45	G.A.P	1	18:00	SYNRGY 360	sala	18:00	LES MILLS SH'BAM	3	18:00	CICLO VIRTUAL	2	18:00	CICLO VIRTUAL	2
18:30	CORE	3	18:30	tone	3	18:30	LES MILLS BODYPUMP	1	18:30	LES MILLS BODYPUMP	1	18:15	G.A.P	3			
						18:45	CORE	3									
19:00	LES MILLS BODYCOMBAT	1	19:00	LES MILLS BODYATTACK	1	19:15	ZUMBA	3	19:00	tone	3	19:00	LES MILLS BODYPUMP	1			
19:15	CICLO INDOOR	2															
19:30	LES MILLS BODYBALANCE	3	19:30	AQUAFITNESS					19:30	CICLO INDOOR	2						
			19:00	CICLO INDOOR	2	19:30	CICLO INDOOR	2	19:30	AQUADYATRIC							
19:45	AQUADYATRIC		20:00	CORE	3	19:45	AQUAFITNESS										
			20:00	HIIT	1	19:45	LES MILLS BODYCOMBAT	1	19:30	LES MILLS BODYATTACK	1	20:00	CICLO INDOOR	2			
												20:00	LES MILLS BODYBALANCE	3			
20:15	LES MILLS BODYPUMP	1	20:30	LES MILLS BODYPUMP 45'		20:15	G.A.P	3	20:15	LES MILLS BODYBALANCE 45'	3						
20:30	PILATES BÁSICO 45'	3	20:45	CICLO VIRTUAL													
21:00	CICLO VIRTUAL	2				21:00	CICLO VIRTUAL	2									

DOMINGO		
HORA	ACTIVIDAD	SALA
10:00	CICLO VIRTUAL	2
12:00	CICLO VIRTUAL	2



o descarga la APP
'Mi Club Online'

Move&Go Santander se reserva el derecho de cambiar, modificar o anular el horario de actividades por motivos técnicos.

RECUERDA: uso obligatorio de toalla tanto para entrenamiento en sala como para clases dirigidas.