



DESDE EL 01 HASTA 30 DE ABRIL HORARIO DEL CLUB

HORARIO DE APERTURA DEL CLUB

DE LUNES A VIERNES
DE 07:00h A 22:00h - ININTERRUMPIDAMENTE

SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS
DE 08:00h A 14:30h Y DE 17:30h A 21:00h

LA EMPRESA SE RESERVA EL DERECHO DE MODIFICAR LOS HORARIOS DE APERTURA Y CLASES DIRIGIDAS

f /clubdeportivosquash

CLASES DIRIGIDAS PISTA DE HIELO

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA	SABADO	DOMINGO
07:10-08:10	CARDIO GAP	TOTAL TRAINING	PRAMA FIT	BODY PUMP	BODY COMBAT			
08:30-10:30	BODY PUMP	TOTAL TRAINING	BODY PUMP	CARDIO GAP	PRAMA FIT			
14:00-15:00	PRAMA FIT	BODY PUMP	CARDIO GAP	TOTAL TRAINING	STEP	09:30-10:30	ESPECIAL ZEN	
15:30-16:30	BODY PUMP	CARDIO GAP	PRAMA FIT	BODY COMBAT		11:15-12:15	ESPECIAL FITNESS	ESPECIAL FITNESS
18:00-19:00		STEP						
18:15-19:15				BODY COMBAT				
18:30-19:30	BODY PUMP		TOTAL TRAINING		BODY PUMP			
19:30-20:30		TOTAL TRAINING		FIT DANCE				
20:00-21:00	BODY COMBAT		BODY PUMP		PRAMA FIT			

CLASES DIRIGIDAS ZONA FUNCIONAL

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA	SABADO	DOMINGO
13:30-14:00	ABDOMINALES	GLUTEOS/CORE	ABDOMINALES	ABDOMINALES				
14:00-14:45					HIIT SKILL CROSS 45'	09:30-10:00	HIIT SKILL CROSS	
17:30-18:00	HIIT SKILL CROSS		HIIT SKILL CROSS					
19:00-19:30		HIIT SKILL CROSS			ABDOMINALES			
19:15-19:45				HIIT G.A.P.				
19:30-20:00	ABDOMINALES		ABDOMINALES					
20:30-21:00		ABDO/GLUTEOS		ABDO/GLUTEOS				
20:45-21:15	HIIT SKILL ATHLETIC		HIIT SKILL ATHLETIC		HIIT SKILL ATHLETIC			

SALA GROUP CYCLE

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA	SABADO	DOMINGO
07:10-08:10	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			
09:30-10:30	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	10:00-11:00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR
14:00-15:00	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					
18:30-19:30		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				
19:00-20:00	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					
19:30-20:30					CICLO INDOOR	19:00-20:00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR
20:00-21:00		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				
20:15-21:15	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					

CLASES DIRIGIDAS SALA ZEN / ACT. SUAVES

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA	SABADO	DOMINGO
07:10-08:10		PILATES		PILATES				
09:30-10:30		PILATES		PILATES				
15:30-16:30		CARDIO GAP		BODY PUMP	YOGA			
18:00-19:00	YOGA		PILATES	FIT BALANCE				
19:45-20:45		PILATES						

SALA BOX CFIT *

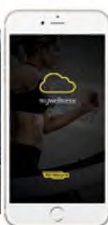
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA	SABADO	DOMINGO
08:30-09:30	BOX CFIT		BOX CFIT		BOX CFIT			
09:30-10:30	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT	09:30-10:30	BOX CFIT	
10:30-11:30		BOX CFIT		BOX CFIT		10:30-11:30	BOX CFIT	
13:30-14:30			BOX CFIT					
17:30-18:30	BOX CFIT	BOX CFIT		BOX CFIT	BOX CFIT			
18:30-19:30	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT	BOX CFIT			
19:30-20:30	BOX CFIT		BOX CFIT	BOX CFIT				



PASO 1
Descarga la App MyWellness accede con tus datos, solicítate en Recepción.



PASO 2
Reserva de clases: Accede al Horario de clases colectivas y reserva tu plaza.



Reserva tu plaza con mywellness



*ACTIVIDADES NO INCLUIDAS EN CUOTA. INFORMATE EN RECEPCIÓN.

ELCHE FITNESS CLUB: S.L.U. CIF: B-54755707 C/Mallorca, 37 03203 ELCHE (Alicante)
e-mail: info@elchefitnessclub.es Telf: 965 45 34 46 / 965 45 34 75 Fax: 965 42 46 57 Web: www.clubdeportivosquash.es