



GRIÑON CICLO INDOOR

LUNES

09:30 - 10:15
Cycle virtual (Máx 11)

20:00 - 21:00
Cycle total (Máx 12)

MARTES

19:00 - 20:00
Cycle virtual (Máx 12)

MIÉRC.

09:30 - 10:15
Cycle virtual (Máx 11)

20:00 - 21:00
Cycle total (Máx 12)

JUEVES

19:00 - 20:00
Cycle virtual (Máx 12)

VIERNES

SÁBADO

10:30 - 11:30
Cycle virtual (Máx 12)

DOMINGO

19/10/2025



GRIÑON COLECTIVAS

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
09:30 - 10:15 Tono (Máx 20)	10:30 - 11:00 Total training (Máx 20)	09:30 - 10:15 Tono (Máx 20)	10:30 - 11:00 Total training (Máx 20)			
17:30 - 18:15 Zumba (Máx 20)	17:30 - 18:15 Total training (Máx 20)	17:30 - 18:15 Zumba (Máx 20)	17:30 - 18:15 Total training (Máx 20)			
18:15 - 18:45 GAP (Máx 20)	18:15 - 19:15 Pilates (Máx 20)	18:15 - 18:45 GAP (Máx 20)	18:15 - 19:15 Pilates (Máx 20)			
19:00 - 19:45 Tono (Máx 20)	20:00 - 21:00 Cross-Hiit (Máx 20)	19:00 - 19:45 Tono (Máx 20)	19:15 - 20:00 Zumba (Máx 20)			
20:00 - 21:00 Yoga (Máx 20)		20:00 - 21:00 Yoga (Máx 20)	20:00 - 21:00 Cross-Hiit (Máx 20)			

19/10/2025



GRIÑON SALA FITNESS

LUNES

MARTES

MIÉRC.

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 0)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

06:00 - 24:00
Sala Fitness (Máx 150)

19/10/2025