

UNIDADES MULTIDISCIPLINARIAS

energy
INVIERNO 2023

ENERSIZE/E-DANCE

ENER-RELAXATION

ENER-CYCLING

ALBERCA

★ CLASE NUEVA

🕒 CLASE DE 90 MIN

🕒	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM	🕒
7:00-8:00			VINYASA YOGA ★					7:00-8:00
7:30-8:30								7:30-8:30
8:00-9:00	TSUNAMI ★		HIT 3	EVEREST HATHA YOGA ★	BUMPER CHALLENGE	HIT 3 ★		8:00-9:00
9:00-10:00	EVEREST DANCE CALIENTE	HATHA YOGA	DANCE CALIENTE	PILATES	DANCE CALIENTE	BLAST DANCE CALIENTE ★		9:00-10:00
10:00-11:00	AQUA FITNESS	PILATES ★	AQUA FITNESS			SALSA SASS ★		10:00-11:00
10:00-11:00								10:00-11:00
11:00-12:00								11:00-12:00
11:00-12:00								11:00-12:00
18:00-19:00		VINYASA YOGA ★ AQUA FITNESS	AQUA FITNESS	AQUA FITNESS				18:00-19:00
18:00-19:30								18:00-19:30
19:00-20:00	DANCE CALIENTE AQUA FITNESS	CYCLE EVEREST PILATES	DANCE CALIENTE	BLAST COMBO CARDIENO				19:00-20:00
20:00-21:00	BLAST TSUNAMI	UPPER BODY	BUMPER CHALLENGE	HIT MANIA				20:00-21:00
🕒	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM	🕒

energyfitness.com.mx

SÍGUENOS EN: @Energy_f

f ENERGY ESTADO DE MÉXICO

📷 @energy_estadoMexico