

# HORARIOS PARQUES POLANCO



INVIERNO 2024

■ enersize / e-dance

■ ener-relaxation

■ ener-cycling

■ alberca

★ clase nueva

90 min clase de 90 min

🕒	LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM	🕒
6:00-7:00				VINYASA YOGA				6:00-7:00
7:00-8:00	EVEREST		EVEREST	VINYASA YOGA	VINYASA YOGA			7:00-8:00
8:00-9:00		VINYASA YOGA		YOGA RESTAURATIVO	YOGA RESTAURATIVO			8:00-9:00
9:00-10:00	DANCE CALIENTE	DANCE CALIENTE YOGA RESTAURATIVO		DANCE CALIENTE	DANCE CALIENTE			9:00-10:00
9:30-10:30								9:30-10:30
10:00-11:00	AQUA FITNESS	STRECHING	AQUA FITNESS	E-TABATA				10:00-11:00
10:30-11:00								10:30-11:00
11:30-12:30								11:30-12:30
14:00-15:00								14:00-15:00
15:00-16:00								15:00-16:00
16:00-17:00								16:00-17:00
17:00-18:00								17:00-18:00
18:00-19:00		VINYASA YOGA		VINYASA YOGA				18:00-19:00
19:00-20:00		BUMPER CHALLENGE	PILATES					19:00-20:00
19:00-20:00		PILATES		ENER POWER				19:00-20:00
19:30-21:30		BLAST						20:00-21:00
20:00-21:00		BLAST	STRECHING					20:00-21:00
🕒	LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM	🕒