

Horario de actividades dirigidas

VIGENTE DESDE EL 18 DE MARZO

HORA	SALA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:30-08:15	SALA 1	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		
7:30-08:15	SALA 4		BODY PUMP		BODY PUMP			
9:00-9:45	PISCINA	AQUADYNAMIC	AQUATONO	AQUADYNAMIC	AQUATONO	AQUADYNAMIC		
9:30-10:15	EXTERIOR	CROSS INACUA 45'		CROSS INACUA 45'		CROSS INACUA 45'		
9:30-10:25	SALA 4	YOGA	BODY PUMP	YOGA	BODY PUMP	YOGA		
9:30-10:15	SALA 1		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL			
10:00-10:45	SALA 4						BODY PUMP	ACOND. FÍSICO
10:00-10:45	SALA 1	CICLO INDOOR 45'		CICLO INDOOR 45'		CICLO INDOOR 45'		
10:30-11:25	SALA 2	BODY COMBAT	ZUMBA	BODY COMBAT	ZUMBA	BOOST		
10:30-11:15	SALA 4	INACUA BIENESTAR		INACUA BIENESTAR		INACUA BIENESTAR		
10:30-11:25	SALA 4		BODY BALANCE		BODY BALANCE			
11:00-11:45	PISCINA		AQUATONO		AQUATONO			
11:00-11:45	SALA 1						CICLO INDOOR 45'	CICLO VIRTUAL
11:30-12:15	SALA 2	PILATES	ESPALDA SANA 45'	PILATES	ESPALDA SANA 45'	ESPALDA SANA 45'		
11:30-12:25	SALA 4	GLUTEBOOM				GLUTEBOOM		
11:30-12:25	SALA 4			BODY PUMP				
12:00-12:45	PISCINA	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM		
12:00-12:45	SALA 1		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL			
13:30-14:15	SALA 1	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		
14:30-15:25	SALA 4		BODY PUMP		BODY PUMP			
14:30-15:15	EXTERIOR	CROSS INACUA 45'		CROSS INACUA 45'				
14:30-15:15	SALA 1	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR '45	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR 45'	CICLO VIRTUAL		
17:00-17:45	SALA 1	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
17:30-18:25	SALA 2	GAP				GAP		
17:30-18:15	SALA 4	ESPALDA SANA 45'		ESPALDA SANA 45'		ESPALDA SANA 45'		
17:30-18:25	SALA 4		GLUTEBOOM		GLUTEBOOM			
18:30-19:15	PISCINA	AQUATONO	AQUADYNAMIC	AQUATONO	AQUADYNAMIC			
18:30-19:15	SALA 1	CICLO INDOOR 45'	CICLO INDOOR 45'	CICLO INDOOR 45'	CICLO INDOOR 45'	CICLO INDOOR 45'	CICLO VIRTUAL	
18:30-19:25	SALA 2	BOOST	ZUMBA	BOOST	ZUMBA	ZUMBA		
18:30-19:15	SALA 4	PILATES		PILATES		BODY PUMP		
18:30-19:25	SALA 4		BODY PUMP		BODY PUMP			
18:30-19:15	SALA 3		PILATES		PILATES			
19:15-20:00	PISCINA					AQUADYNAMIC		
19:30-20:15	SALA 1	CICLO INDOOR 45'	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR 45'	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR 45'		
19:30-20:15	SALA 2	CIRCUIT BOX		CIRCUIT BOX				
19:30-20:25	SALA 2		BODY COMBAT		BODY COMBAT	BODY COMBAT		
19:30-19:55	SALA 3		CORE		CORE			
19:30-20:25	SALA 4	GLUTEBOOM	YOGA	GLUTEBOOM	YOGA	YOGA		
20:00-20:45	PISCINA	AQUADYNAMIC	AQUATONO	AQUADYNAMIC	AQUATONO			
20:30-21:15	SALA 1	CICLO INDOOR 45'		CICLO INDOOR 45'		CICLO VIRTUAL		
20:30-21:25	SALA 2	ZUMBA	BODY BALANCE	ZUMBA	BODY BALANCE	RITMOS LATINOS		
20:30-21:15	SALA 4		GAP		GAP			
20:30-21:25	SALA 4	BODY PUMP		BODY PUMP				
21:30-22:15	SALA 1		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL			
21:30-22:25	SALA 2	RITMOS LATINOS	RITMOS LATINOS	RITMOS LATINOS	RITMOS LATINOS			

HORARIO DE ESTANCIAS DEL CENTRO

● SALA 1 ● SALA 2 ● SALA 3 ● SALA 4 ● PISCINA ● EXTERIOR ● SALA FITNESS

	L-V	S	D/F
Centro	7:00-23:00	9:00-20:00	9:00-15:00
Sala Fitness	7:00-22:45	9:00-19:45	9:00-14:45
Piscina	7:00-22:00	9:00-19:30	9:00-14:30

- En caso por condiciones meteorológicas no se permitan realizar las actividades de exterior se realizarán en el interior siempre que se tenga disponibilidad de espacios.
 - Obligatorio la reserva de las actividades por la App y la validación de las mismas en los lectores de las Salas.
 - Una vez comenzada la actividad dirigida, las reservas no asistidas quedaran nula.
 - Los festivos no se realizan reservas.



Inacuacentrosdeportivos
 Inacuacentrodeportivo
 952 000 507
 www.inacua.com