

# HORARIOS YMCA VALPARAÍSO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:30 - 08:15	SPINNING		SPINNING		SPINNING
08:00 - 09:00					
09:00 - 10:00			PILATES		PILATES
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00	CARDIOVASCULAR	CARDIOVASCULAR	CARDIOVASCULAR	CARDIOVASCULAR	CARDIOVASCULAR
12:00 - 13:00	CARDIOVASCULAR	TAI CHI	CARDIOVASCULAR	TAI CHI	CARDIOVASCULAR
13:15 - 14:00	FUNCIONAL		FUNCIONAL		FUNCIONAL
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00		PILATES		PILATES	
18:00 - 19:00	ZUMBA FUNCIONAL	PILATES	ZUMBA FUNCIONAL	PILATES	ZUMBA FUNCIONAL
19:15 - 20:00	SPINNING		SPINNING		SPINNING
20:00 - 21:00					