



RESERVA PREVIA

DEL 3 DE AGOSTO AL
28 DE NOVIEMBRE

CLASES GRUPALES



	NOMBRE SELECCIÓN Y/O GRUPO	ENTRENADOR	HORA INICIO	HORA FIN	SALÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
	Abdomen de Impacto	Sánchez Ospina Liliana	10:00	10:50	Salón de Danza	L					
	Entrenamiento Híbrido	Deisson Castillo	11:00	12:00	Funcional					V	
	Abdomen Extremo	Sánchez Ospina Liliana	11:00	11:50	Salón de Danza				J		
	Aqua-Fitness	Michael Gómez	11:00	11:50	Piscina	L					
	Aqua-Fitness	Michael Gómez	12:00	12:50	Piscina					V	
	Natación aguas abiertas	Arley Hernández	17:00	17:50	Piscina			I			
	Aqua-Fitness	Michael Gómez	12:00	12:50	Piscina			I			
	Bachata	Díaz Triana Mauricio	13:00	13:50	Salón Múltiple			I			
	Bachata Básica	Díaz Triana Mauricio	17:00	17:50	Salón Múltiple					V	
	Bachata Intermedia	Díaz Triana Mauricio	18:00	18:50	Salón Múltiple					V	
	Bachata Intermedia	Díaz Triana Mauricio	17:00	17:50	Salón Múltiple		M				
	Bachata Pareja	Díaz Triana Mauricio	17:00	17:50	Salón Múltiple			I			
	Cardio Mix	Sánchez Ospina Liliana	9:00	9:50	Salón de Danza	L					
	Cardio Rumba	Sánchez Ospina Liliana	10:00	10:50	Salón de Danza					V	
	Champeta	Luisa Zúñiga	15:00	15:50	Salón Múltiple	L					
	Cuerpo Total - BAP -GAP	Sánchez Ospina Liliana	9:00	9:50	Salón de Danza					V	
	Funcional + Spinning	Deisson Castillo	12:30	13:20	Spinnning y funcional	L					
	Entrenamiento Funcional	Vanessa Larrahondo	12:00	12:50	Sala Funcional		M				
	Entrenamiento GAP	Vanessa Larrahondo	12:10	13:00	Sala Funcional				J		
	Entrenamiento GAP	Deisson Castillo	6:45	7:30	Sala Funcional		M		J		
	Entrenamiento GAP	Luis Gómez	17:10	18:00	Sala Funcional			I			
	Full Body	Luis Gómez	17:10	18:00	Sala Funcional	L					
	Entrenamiento Total	Sánchez Ospina Liliana	9:30	10:20	Salón de Danza			I			
	Escalada	Bautista Rondon Ingrid Paola	17:00	17:50	Muro De Escalada				J		
	Fusión Pilates y Yoga	Celia Bautista	10:00	10:50	Sala Funcional	L		I			
	Fusión Pilates y Yoga	Celia Bautista	12:10	13:00	Sala Funcional					V	
	Fusión Pilates y Yoga	Celia y Andrea	12:30	13:20	Sala del silencio		M				
	Fusión Pilates y Yoga	Andrea Forero	17:10	18:00	Salón Múltiple	L					
	Fusión Pilates y Yoga	Andrea Forero	17:10	18:00	Salón de Danza			I		V	
	Pilates	Sánchez Ospina Liliana	12:00	12:50	Salón de Danza	L					
	Rumba Step	Lorena Caro	6:45	7:35	Salón Múltiple			I			
	Rumba	Lorena Caro	6:45	7:35	Salón de Danza					V	
	Rumba Aeróbica	Luisa Zúñiga	16:00	16:50	Salón Múltiple	L					
	Salsa Estilo Colombiano y CALEÑO	Díaz Triana Mauricio	14:00	14:50	Salón Múltiple			I			
	Salsa Línea Internacional	Díaz Triana Mauricio	14:00	14:50	Salón Múltiple					V	
	Spinning + Funcional	Deison Castillo	6:45	7:30	Spinnning y funcional			I			
	Funcional	Daniel Urrea	17:15	18:00	Funcional		M			V	
	Spinning Party	Erika Moreno	17:30	18:20	Salón Spinning		M				
	Spinning Party	Erika Moreno	18:00	18:50	Salón Spinning				J		
	Stretching Funcional	Sánchez Ospina Liliana	12:00	12:50	Salón de Danza		M				
	Tenis de Mesa	Bohórquez Badillo Carlos	17:00	17:50	Salón Tenis De Mesa					V	
	Tenis de Mesa	Bohórquez Badillo Carlos	18:00	18:50	Salón Tenis De Mesa			I			
	Yoga	Díaz Gabriela	12:30	13:20	Salón de Danza			I			