

**HORARIO DE APERTURA**  
 Lunes a viernes: 07:00 a 22:00 hs  
 Sábados: 09:00 a 14:00 h  
 Domingos: CERRADO

Código colores	Activ. cardiovascular	I - training system	Tonificación muscular
Baile y coreografía	Grupales en Sala FITNESS	Gimnasias suaves	Actividades acuáticas

Los instructores que figuran en los horarios son los que tienen la clase asignada, cualquier sustitución puntual del mismo, no se avisará.

*Las clases de AEROBIC Y STEP, que figuran en los horarios de clases colectivas, podrán ser sustituidas por otras de formato similar.*

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
07:15	ILLES CYCLING BEGO	BODY PUMP YOLANDA	ILLES WALKING BEGO	T.I.T FINA	ILLES CYCLING BEGO	
08:00	TRX 30'	ABDOMINALES 20'	TRX 30'	ABDOMINALES 20'	FULL BODY 25'	
09:30	BODY PUMP MERCEDES	T.I.T JUAN	BODY BALANCE ELENA	T.I.T ELENA	ZUMBA MELQUIADES	
09:30	PILATES ELENA				TRX 30'   PILATES ELENA	
10:30	ABDOMINALES 20'		FULL BODY 25'		TRX 30'	
10:30						BODY PUMP ANGELA
11:00						PILATES SALVA
11:30						I. CY. ANGELA   TRX
13:45	PILATES ELENA		PILATES ELENA			
14:00	ABDOMINALES 20'	TRX 30'	FULL BODY 25'	TRX 30'	GAP EXPRESS 25'	
14:30	ILLES CYCLING JESUS	BODY PUMP ELENA	ILLES WALKING JESUS	BODY COMBAT ELENA   I. WA. BEGO	ILLES CYCLING JESUS	
15:30	T.I.T ELENA	ILLES WALKING BEGO	T.I.T ELENA	ILLES CYCLING BEGO		
16:30		TRX 30'		TRX 30'		
17:30	ILLES WALKING ANGELA	YOGA ANA		YOGA ANA	BODY PUMP JUAN	
18:00	TRX 30'		TRX 30'		ABDOMINALES 20'	
18:30	PILATES ANA	PILATES ANA	PILATES ANA		PILATES SALVA	



# illes

## CENTROS DE WELLNESS

[www.illescw.com](http://www.illescw.com)

# Horario Clases Colectivas

## HORARIO 2014

# Illes Aragón

ILLES se reserva el derecho a realizar cualquier posible modificación en el horario

**HORARIO DE APERTURA**  
Lunes a viernes: 07:00 a 22:00 h  
Sábados: 09:00 a 14:00 h  
Domingos: CERRADO

Código colores	Activ. cardiovascular	Body training system	Tonificación muscular
Baile y coreografía	Grupales en Sala FITNESS	Gimnasias suaves	Actividades acuáticas

Los instructores que figuran en los horarios son los que tienen la clase asignada, cualquier sustitución puntual del mismo, no se avisará.

*Las clases de AEROBIC Y STEP, que figuran en los horarios de clases colectivas, podrán ser sustituidas por otras de formato similar.*

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
18:30	ILLES CYCLING ANGELA	ILLES WALKING BEGO	ILLES CYCLING ANGELA	ILLES WALKING BEGO	ILLES CYCLING ANGELA	
18:30	BODY PUMP JUAN	T.I.T ELENA	GAP JUAN	BODY STEP JUAN	T.I.T JUAN	
18:45		ABDOMINALES 20'		ABDOMINALES 20'		
19:30	ILLES WALKING ANGELA	ILLES CYCLING BEGO	ILLES WALKING ANGELA	ILLES CYCLING BEGO	ILLES WALKING ANGELA	
19:30	T.I.T JUAN	BODY PUMP ELENA	ZUMBA MELQUIADES	BODY PUMP JUAN	BODY STEP JUAN	
19:30	TRX 30'	BODY BALANCE FINA	TRX 30'	FIT-BALL FINA	FULL BODY 25'	
20:00	PILATES BELEN	GAP EXPRESS 25'	PILATES ANA	ABDOMINALES 20'		
20:30		ILLES CYCLING JAIME	ILLES WALKING JAIME	ILLES CYCLING JAIME		
20:30	ZUMBA MELQUIADES		BODY PUMP ANGELA			