

# HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## MAÑANA

SALA	INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SALA 1	7:15	8:15		BODYPUMP		BODYPUMP			
SALA 2	7:15	8:10					ESPALDA SANA		
SALA 3	7:15	8:05	á-CYCLING		á-CYCLING				
FITNESS	7:30	7:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'		
PISCINA	7:30	8:15			AQUABALANCE				
SALA 2	8:15	9:10		PILATES		BODYBALANCE			
FITNESS	8:30	8:45	TRX 30'	ABD 15'	TRX 30'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 2	8:30	9:25			YOGA MEDITACIÓN		HATHA YOGA		
PISCINA	8:45	9:30	AQUACARDIO	AQUACARDIO	AQUACARDIO	AQUACARDIO			
SALA EP	9:30	10:25			á-WELLNESS				
FITNESS	9:30	9:45	ABD 15'	ABD 15'		ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 1	9:30	10:30	BODYPUMP	BODYATTACK	BODYSTEP	GAP	BODYPUMP		
SALA 2	9:30	10:00					HIOPRESIVOS		
SALA 2	9:30	10:15							
SALA 2	9:30	10:30	á-WELLNESS	BODYBALANCE		BODYBALANCE			
SALA 3	9:30	10:20		á-CYCLING		á-CYCLING			
PISCINA	9:30	10:15	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	AQUACARDIO		
OUTDOOR	9:30	10:25			á-PASEAR				
SALA 1	10:00	11:00					BODYCOMBAT	ZUMBA	
SALA 2	10:00	10:50					PILATES		
PISCINA	10:30	11:15				AQUABALANCE	AQUABALANCE		
FITNESS	10:30	10:45	ABD 15'		ABD 15'		ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
FITNESS	10:30	11:00		á-WOD 30'		á-WOD 30'			
SALA 1	10:30	11:30	BODYCOMBAT	ZUMBA	BODYPUMP	BODYSTEP	ZUMBA		
SALA 2	10:30	11:30	PILATES		PILATES				
SALA 2	10:30	12:00		HATHA YOGA					
SALA 3	10:30	11:20			á-CYCLING		á-CYCLING	á-CYCLING	á-CYCLING
PISCINA	10:30	11:15			AQUAFITNESS				
SALA 2	10:45	12:15				HATHA YOGA			
SALA 1	11:00	12:00					BODYPUMP	BODYPUMP	
SALA 2	11:00	11:55					STRETCHING		
OUTDOOR	11:00	11:55			á-PÁDEL				
FITNESS	11:30	11:45		ABD 15'		ABD 15'		ABD 15'	ABD 15'
FITNESS	11:30	12:00	TRX 30'		TRX 30'		TRX 30'		
SALA 1	11:30	12:30	ZUMBA		BALLET FIT	ZUMBA			
SALA 2	11:30	12:30	ESPALDA SANA		ESPALDA SANA				
SALA 1	12:00	13:00					TAI CHI	STRETCHING	ZUMBA
SALA 3	12:00	12:50					á-CYCLING	á-CYCLING	á-CYCLING
FITNESS	12:30	12:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 2	12:30	13:25	BODYBALANCE						
FITNESS	13:30	13:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 3	14:00	14:50	á-CYCLING				á-CYCLING		
OUTDOOR	14:00	14:55	á-PÁDEL						
FITNESS	14:30	14:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 1	14:30	15:30	BODYSTEP	BODYATTACK	BODYPUMP	BODYCOMBAT			
SALA 2	14:30	15:30					PILATES		
SALA 3	14:30	15:20		á-CYCLING		á-CYCLING			
FITNESS	15:30	15:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 1	15:30	16:30	BODYPUMP						
SALA 2	15:30	16:30		PILATES		BODYBALANCE			

## TARDE

SALA	INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SALA 3	15:30	16:20			á-CYCLING				
PISCINA	15:45	16:30		AQUABALANCE					
FITNESS	16:30	16:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 2	16:30	17:25				HATHA YOGA			
SALA 1	17:00	17:55		ZUMBA					
SALA 2	17:00	17:45		HIOPRESIVOS					
SALA 2	17:00	17:55	PILATES						
SALA 2	17:15	18:00			HIOPRESIVOS				
FITNESS	17:30	18:00	TRX 30'	á-WOD 30'	TRX 30'	á-WOD 30'	TRX 30'	á-WOD 30'	TRX 30'
SALA 1	17:30	18:30				BODYPUMP			
SALA 2	17:30	18:25				PILATES AVANZADO			
SALA 3	17:30	18:20		á-CYCLING		á-CYCLING			
SALA 1	18:00	19:00	ZUMBA	BODYATTACK	ZUMBA		BODYPUMP		
SALA 2	18:00	19:00		STRETCHING	HATHA YOGA		BODYBALANCE		
SALA 3	18:00	18:50	á-CYCLING		á-CYCLING		á-CYCLING		
SALA 2	18:15	19:00	HIOPRESIVOS						
FITNESS	18:30	18:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 1	18:30	19:30				ZUMBA			
SALA 2	18:30	19:25				HATHA YOGA			
PISCINA	18:30	19:30						RELAXTIME	RELAXTIME
SALA 1	19:00	19:55	BODYSTEP	BODYCOMBAT	BODYPUMP		BODYCOMBAT		
SALA 2	19:00	20:00	BODYBALANCE	PILATES	PILATES		PILATES		
SALA 3	19:00	19:50		á-CYCLING		á-CYCLING	á-CYCLING		
PISCINA	19:00	19:45		AQUACARDIO					
SALA 3	19:15	20:05							
PISCINA	19:15	20:00	AQUAFITNESS						
PISCINA	19:15	20:00	AQUAWOD						
FITNESS	19:30	19:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'		
SALA 1	19:30	20:30				BOXEO*			
SALA 2	19:30	20:00				HIOPRESIVOS			
SALA 3	19:30	20:20	á-CYCLING		á-CYCLING				
PISCINA	19:45	20:30				AQUACARDIO			
SALA 1	20:00	20:55	BODYPUMP	BALLET FIT	BODY COMBAT				
SALA 2	20:00	21:00	PILATES	BODYBALANCE	BODYBALANCE				
SALA 2	20:00	20:45				PILATES	HATHA YOGA		
SALA 2	20:00	20:55							
PISCINA	20:00	20:45	AQUACARDIO			AQUAFITNESS			
PISCINA	20:00	21:00	á-SWIM			á-SWIM			
PISCINA	20:15	21:00		AQUABALANCE					
OUTDOOR	20:00	21:00		AmigosRUNNING		AmigosRUNNING			
FITNESS	20:30	20:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'				
FITNESS	20:30	20:45				á-FIT			
SALA 1	20:30	21:30				SALSA*			
SALA 2	20:30	21:30							
SALA 3	20:30	21:20		á-CYCLING		á-CYCLING			
FITNESS	21:00	21:30	TRX 30'		á-WOD 30'		á-WOD 30'		
SALA 1	21:00	22:00	BODYATTACK	BODYPUMP	BOXEO				
FITNESS	21:00	22:00		á-FIT					
SALA 2	21:00	21:45	HIOPRESIVOS						
SALA 2	21:00	21:55		ESPALDA SANA	YOGA MEDITACIÓN	BODYBALANCE			
SALA 3	21:00	21:50	á-CYCLING		á-CYCLING				
PISCINA	21:00	21:45			AQUABALANCE				
FITNESS	21:30	21:45				ABD 15'	ABD 15'		
FITNESS	21:30	22:00	STRETCHING						
PISCINA	21:30	22:30	RELAXTIME	RELAXTIME	RELAXTIME	RELAXTIME			

LES MILLS  
BODYBALANCE

LES MILLS  
BODYSTEP

LES MILLS  
BODYCOMBAT

LES MILLS  
BODYATTACK

LES MILLS  
BODYPUMP

ZUMBA  
FITNESS

ballet fit  
TRX

La dirección se reserva el derecho de modificar los horarios según las necesidades del club.

HORARIO: De lunes a viernes de 7:00h a 23:00h, sábados y domingos de 8:30h a 20:00h

\*Piscina y fitness cerrará 30 minutos antes del cierre del centro

Info.zaragoza@accura.es · 976 50 67 20 · www.clubsaccura.es · facebook.com/AccuraZGZ · IG: @accura\_zaragoza

HIOPRESIVOS Es necesaria una prueba de nivel o clase iniciación previa a la realización de la actividad. Más info en recepción.

BOXEO\* BACHATA\* Actividades de pago. Infórmate en recepción.

- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA MOVING
- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA SWIMMING
- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA PÁDEL

- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA MIND
- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA FITNESS
- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA CYCLING
- ACTIVIDADES COMUNIDAD ÁCCURA RUNNING
- ACTIVIDADES EXPRESS (COMUN. FITNESS)