

# 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	ZUMBA	BODYPUMP		
SALA 2	9:30	10:00					HIPOPRESIVOS		
SALA 2	9:30	10:15			HIPOPRESIVOS				
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		
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	13:00					á-CYCLING	á-CYCLING	
FITNESS	12:30	12:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
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		HIPOPRESIVOS					
SALA 2	17:00	17:55	PILATES						
SALA 2	17:15	18:00			HIPOPRESIVOS				
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	HIPOPRESIVOS						
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	á-CYCLING						
PISCINA	19:15	20:00	AQUAFITNESS						
PISCINA	19:15	20:00	AQUABALANCE						
FITNESS	19:30	19:45	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'	ABD 15'
SALA 1	19:30	20:30				BOXEO*			
SALA 2	19:30	20:00				HIPOPRESIVOS			
SALA 3	19:30	20:20			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	HIPOPRESIVOS						
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			á-CYCLING				
FITNESS	21:30	21:45			á-CYCLING				
FITNESS	21:30	22:00	STRETCHING			ABD 15'	ABD 15'		
PISCINA	21:30	22:30	RELAXTIME	RELAXTIME	RELAXTIME	RELAXTIME	RELAXTIME		



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

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

HIPOPRESIVOS 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