

DEHESA DE NAVALCARBÓN															
BONODEPORTE PREMIUM															
A PARTIR DEL 1 DE SEPTIEMBRE 2026															
LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					
MAÑANA					MAÑANA					MAÑANA					
HORARIO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA PILATES	HORARIO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA PILATES	HORARIO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA PILATES	
8:00 H			8:15-9:00 H CICLO VIRTUAL		8:00 H			8:15-9:00 H CICLO VIRTUAL		8:00 H			8:15-9:00 H CICLO VIRTUAL		
9:00 H	9:15-10:00 H CROSHIIT NURIA	9:15-10:00 H SUSPENSIÓN+CORE GUILLERMO	9:15-10:00 H CICLO VIRTUAL	9:15-10:00 H CUERPO MENTE PURI	9:00 H	9:15-10:00 H CUERPO MENTE ELENA	9:15-10:00 H HIIT GUILLERMO	9:15-10:00 H CICLO PURI		9:00 H	9:15-10:00 H CROSHIIT GUILLERMO	9:15-10:00 H SUSPENSIÓN+CORE NURIA	9:15-10:00 H CICLO VIRTUAL	9:15-10:00 H CUERPO MENTE PURI	
10:00 H	10:15-11:00 H BODY PAMP PURI	10:15-11:00 H STYLE DANCE ELENA	10:15-11:00 H CICLO GUILLERMO		10:00 H	10:15-11:00 H BODY PAMP NURIA	10:15-11:00 H LATIN DANCE PURI	10:15-11:00 H CICLO GUILLERMO		10:00 H	10:15-11:00 H BODY PAMP PURI	10:15-11:00 H AERÓBIC-STEP NURIA	10:15-11:00 H CICLO GUILLERMO		
11:00 H	11:15-12:00 H CUERPO MENTE NURIA	11:15-12:00 H SUSPENSIÓN+CORE ELENA	11:15-12:00 H CICLO VIRTUAL		11:00 H	11:15-12:00 H GLOBAL TRAINING ELENA		11:15-12:00 H CICLO VIRTUAL		11:00 H	11:15-11:45 H STRETCHING-ELENA	11:15-12:00 H SUSPENSIÓN+CORE GUILLERMO	11:15-12:00 H CICLO VIRTUAL		
12:00 H					12:00 H					12:00 H					
13:00 H					13:00 H					13:00 H					
MEDIODÍA					MEDIODÍA					MEDIODÍA					
14:00 H		14:30-15:15 H BODY PAMP EDDY			14:00 H		14:30-15:15 H SUSPENSIÓN+CORE OMAR			14:00 H		14:30-15:15 H GAP EDDY			
15:00 H			15:30-16:15 H CICLO VIRTUAL		15:00 H			15:30-16:15 H CICLO VIRTUAL		15:00 H			15:30-16:15 H CICLO VIRTUAL		
16:00 H					16:00 H					16:00 H					
TARDE					TARDE					TARDE					
17:00 H					17:00 H	17:15-18:00 H BODY PAMP EDDY				17:00 H					
18:00 H	18:00-18:45 H GLOBAL TRAINING EDDY	18:00-18:45 H STYLE DANCE DARÍO	18:00-18:45 H CICLO VIRTUAL	18:00-18:45 H CUERPO MENTE RAYNER	18:00 H	18:15-19:00 H LATIN DANCE DARÍO	18:15-19:00 H CUERPO MENTE EDDY	18:15-19:00 H CICLO OMAR		18:00 H	18:00-18:45 H GLOBAL TRAINING ALBERTO	18:00-18:45 H AERÓBIC-STEP PURI	18:00-18:45 H CICLO VIRTUAL	18:00-18:45 H CUERPO MENTE EDDY	
19:00 H	19:00-19:45 H BODY PAMP ALBERTO	19:00-19:45 H FITNESS COMBAT RAYNER	19:00-19:45 H CICLO EDDY		19:00 H	19:15-20:00 H BODY PAMP OMAR	19:15-20:00 H SUSPENSIÓN+CORE ALBERTO	19:15-20:00 H CICLO EDDY		19:00 H	19:00-19:45 H BODY PAMP ALBERTO	19:00-19:45 H FITNESS COMBAT EDDY	19:00-19:45 H CICLO PURI		
20:00 H	20:00-20:45 H HIIT ALBERTO	20:00-20:30 H STRETCHING- RAYNER	20:00-20:45 H CICLO VIRTUAL		20:00 H	20:15-21:00 H GAP EDDY	20:00-20:30 H STRETCHING- ALBERTO			20:00 H	20:00-20:45 H CROSHIIT EDDY	20:00-20:30 H STRETCHING-PURI	20:00-20:45 H CICLO VIRTUAL		
21:00 H			21:00-21:45 H CICLO VIRTUAL		21:00 H			20:30-21:15 H CICLO VIRTUAL		21:00 H			21:00-21:45 H CICLO VIRTUAL		

