BALTHUS VITACURA
Experiencia Wellness

RECOMENDACIÓN WELLNESS

ANTES DE COMENZAR CUALQUIER PROGRAMA DE ACTIVIDADES FÍSICA, CONSULTE EN BALTHUS SALUD O REALICE SU EVALUACIÓN MÉDICA.

FITNESS GRUPAL

CALENDARIO DE CLASES BALTHUS VITACURA AGOSTO 2017

LOS HORARIOS PUEDEN SUFRIR MODIFICACIONES

PISCINA

INICIO	FINAL	SALA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:00	8:00	P	ENTR. NATACIÓN MASTER	ENTR. NATACIÓN MASTER	ENTR. NATACIÓN MASTER	ENTR. NATACIÓN MASTER	ENTR. NATACIÓN MASTER		
10:00	10:45	P	AQUACORE	AQUARX® TRAINING	AQUACORE	AQUARX® TRAINING	AQUACORE		
10:45	11:30	P	HIDRO CARDIO	AQUACORE	HIDRO CARDIO	AQUACORE	HIDRO CARDIO		
11:30	12:15	P	YOGA EN EL AGUA	YOGA EN EL AGUA	YOGA EN EL AGUA	YOGA EN EL AGUA	YOGA EN EL AGUA		
12:00	12:45	P						HIDRO CARDIO	HIDRO RESIST
12:30	13:15	P	AQUAPOWER	HIDRO RESIST	AQUAPOWER	HIDRO RESIST	AQUAPOWER		
13:30	14:30	P	ENTR. NATACIÓN MASTER		ENTR. NATACIÓN MASTER		ENTR. NATACIÓN MASTER		
14:30	15:15	P	AQUAINTERVAL		AQUAINTERVAL		AQUAINTERVAL		
18:30	19:15	P		NATACIÓN WELLNESS		NATACIÓN WELLNESS			
19:15	20:00	P	CIRCUIT TRAINING		CIRCUIT TRAINING				

SALAS

INICIO	FINAL	SALA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:00	7:55	1		BODY PUMP®		BODY PUMP®			
8:00	8:55	2	VINYASA FLOW YOGA	TRX MULTIMODALITY®		TRX BODY BLAST®	VINYASA FLOW YOGA		
8:30	9:25	1	BODY PUMP®	GYMSTICK	BODY PUMP®	GYMSTICK	BODY PUMP®		
9:30	10:25	1	FIT CLASS	CHIKUNG	G.A.P	CHIKUNG	FIT CLASS		
9:30	10:25	2	YOGA HARMONIC IYENGAR	POWER YOGA	YOGA HARMONIC IYENGAR	POWER YOGA	YOGA HARMONIC IYENGAR	TRX FUSION®	
10:30	11:25	2	G.A.P	BAILE ENTRETENIDO	G.A.P	BAILE ENTRETENIDO	G.A.P	YOGA	
10:30	11:25	1	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	BASIC TRAINNING	BODY COMBAT®	BODY COMBAT®
11:30	12:25	1	BODY COMBAT®	WOMEN´S FITNESS WORKOUT	BODY PUMP®	WOMEN´S FITNESS WORKOUT	BODY COMBAT®	BODY PUMP®	BODY PUMP®
11:30	12:25	2	POWER YOGA	RIPPING®	POWER YOGA	RIPPING®	POWER YOGA	YOGA	
12:30	13:25	1	POWER DANCE		POWER DANCE		POWER DANCE		
12:30	13:25	2	TRX FUSION®		TRX FUSION®		TRX FUSION®		POWER YOGA
12:35	13:30	1						RITMOS LATINOS	
13:00	13:55	1		BODY PUMP®		BODY PUMP®			
13:30	14:25	2	KICK BOXING		KICK BOXING		KICK BOXING		
13:30	14:25	1	BODY PUMP®		BODY PUMP®		BODY PUMP®		
14:00	14:50	2		TRX MULTIMODALITY®		TRX MULTIMODALITY®			
14:30	15:25	2	POWER YOGA		POWER YOGA		POWER YOGA		
14:30	15:25	1	FITNESS FUNCIONAL		FITNESS FUNCIONAL		FITNESS FUNCIONAL		
19:00	19:55	1	FUSION DANCE	RITMOS LATINOS	FUSION DANCE	RITMOS LATINOS	FUSION DANCE		
19:00	19:55	2	VINYASA FLOW YOGA	POWER YOGA	VINYASA FLOW YOGA	POWER YOGA			
20:00	20:30	1		CXWORX®		GRIT®			
20:00	20:55	1	BODY PUMP®		BODY PUMP®		BODY PUMP®		
20:00	20:55	2	KICK BOXING		KICK BOXING		KICK BOXING		
21:00	21:55	1	BODY COMBAT®	FITNESS FUNCIONAL	BODY COMBAT®				
21:00	21:55	2		POWER YOGA	POWER YOGA	POWER YOGA			

SPINNING ®

INICIO	FINAL	SALA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:45	7:35	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		
8:00	8:50	S		SPINNING		SPINNING			
8:15	9:05	S	SPINNING		SPINNING		SPINNING		
9:30	10:20	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
10:30	11:20	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING
11:30	12:20	S						SPINNING	SPINNING
12:00	12:50	S		SPINNING		SPINNING			
12:30	13:20	S						SPINNING	SPINNING
13:30	14:20	S	SPINNING		SPINNING		SPINNING		
14:00	14:50	S		SPINNING		SPINNING			
19:00	19:50	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
20:00	20:50	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		
21:00	21:50	S	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		