

MAÑANA



MUCHO FÍSICO POR DELANTE

ESTE ES TU AÑO

fisico

fisicoweb.com



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:10	FUNZ Elastic Lidia de la Fuente		FUNZ TRX Lidia de la Fuente		FUNZ Glutexpress Lidia de la Fuente
07:10	5 Skillmill Fran Cañamero	5 Skillmill Alberto Gómez	5 Skillmill Fran Cañamero	5 Skillmill Alberto Gómez	
07:30		4 Ciclofísico Guille Benedí		4 Ciclofísico Ernesto Pastor	
07:30	3 Body Pump + CX Sheila Arrogante		3 físico Total Sheila Arrogante		3 Body Pump Alfonso Jordán
08:30	4 Ciclofísico Juan Chanivet	5 Cross Gym Fran Rodríguez	2 Body Balance Elena Belova	5 Cross Gym Fran Rodríguez	4 Ciclofísico Isabel Del Barrio
08:30		3 físico Total Elena Belova		3 Body Pump Sheila Arrogante	
09:00		1 Tai Chi iniciación Paz Piñel		1 Tai Chi iniciación Paz Piñel	
09:30	SPAR Spartan experience Equipo físico		SPAR Spartan experience Equipo físico		
09:30	PA Carrera Acuática Marta García	PA Aquaafísico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Javi Iglesias	PA Aquaafísico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Marta García
09:30	5 Skillmill Ion Gutiérrez	5 Cross Gym Fran Rodríguez	5 Skillmill Ion Gutiérrez	5 Cross Gym Fran Rodríguez	5 Callistenia Daniel Osma
09:30	4 Ciclofísico Guille Benedí	4 Ciclofísico Javi Sesma	4 Ciclofísico Lorena Isasi	4 Ciclofísico Javi Taranco	4 Ciclofísico Javi Sesma
09:30	3 físico Total Jonathan Martín	3 Body Pump Juan Hernández	3 Body Combat Juan Hernández	3 Zumba Álvaro da Gama	3 GAP Guillermo Rivera
09:30	2 Pilates iniciación Alfonso Jordán	2 Pilates Guillermo Rivera	2 Pilates iniciación Alfonso Jordán	2 Body Balance Elena Belova	2 Attack + CX Sheila Arrogante
09:30	1 físico ritmos Elena Belova		1 Step Jonathan Martín		1 Pilates iniciación Alfonso Jordán
09:40	FUNZ Glutexpress Lidia de la Fuente	FUNZ Elastic David Pozos	FUNZ Glutexpress Paloma Ortiz	FUNZ Elastic David Pozos	FUNZ Glutexpress Lidia de la Fuente
09:40			FUNZ Metabólico Alec Del Carré		
10:00		1 Tai Chi Paz Piñel		1 Tai Chi Paz Piñel	
10:10	FUNZ Hiit Mario Fernández	FUNZ TRX David Pozos	FUNZ Elastic Paloma Ortiz	FUNZ TRX David Pozos	FUNZ Hiit Juan Hernández
10:30	5 Cross Gym Fran Rodríguez	5 Sliding Paloma Ortiz	5 Callistenia Daniel Osma	5 Sliding Paloma Ortiz	5 Cross Gym Fran Rodríguez
10:30	4 Ciclofísico Javi Taranco	4 Ciclofísico Sergio Gascón	4 Ciclofísico Javi Sesma	4 Ciclofísico Guille Benedí	4 Ciclofísico Guille Benedí
10:30	3 GAP Cris Tello	3 físico Total Álvaro da Gama	3 Aerobic avanzado Guillermo Rivera	3 Body Pump Javi Taranco	3 Zumba Álvaro da Gama
10:30	2 Step avanzado Jonathan Martín	2 Body Balance Sheila Arrogante	2 Pilates Sheila Arrogante	2 Pilates iniciación Alfonso Jordán	2 Aerobic avanzado Jonathan Martín
10:30	1 Yoga iniciación Candela Rabal		1 Yoga iniciación Candela Rabal		1 Body Balance Sheila Arrogante
10:40	FUNZ Elastic Mario Fernández	FUNZ Abdominales Jonathan Martín	FUNZ TRX Jonathan Martín	FUNZ Abdominales Fran Rodríguez	FUNZ Elastic Juan Hernández
11:00		1 Tai Chi Espada Paz Piñel		1 Tai Chi Espada Paz Piñel	
11:10	OMN Motrix Joel Puente	OMN Motrix Rafa Fernández	OMN Motrix Jonathan Martín	OMN Motrix Rafa Fernández	OMN Motrix Joel Puente
11:10	FUNZ Strech express Lidia de la Fuente	FUNZ Strech express Lidia de la Fuente	FUNZ Strech express Paloma Ortiz	FUNZ Strech express Lidia de la Fuente	FUNZ Strech express Lidia de la Fuente
11:30	3 Latino Cris Tello	3 Aerobic Jonathan Martín	3 Zumba Álvaro da Gama	3 Aerobic Guillermo Rivera	3 Step Jonathan Martín
11:30	2 Espalda sana Guillermo Rivera	2 Pilates Alfonso Jordán	2 Espalda sana Alfonso Jordán	2 Body Balance Juan Hernández	2 Espalda sana Guillermo Rivera
11:30	1 Yoga 90' Candela Rabal		1 Yoga 90' Candela Rabal		
11:30	PI Aquaafísico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Marta García	PA Carrera Acuática Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Marta García	PI Aquaafísico Marta García
11:40	FUNZ TRX Alec Del Carré	FUNZ TRX Javi Sesma	FUNZ TRX Alec Del Carré	FUNZ TRX Javi Sesma	FUNZ TRX Mario Fernández
11:40	FUNZ Antigrávitv Elena Belova			FUNZ Antigrávitv Elena Belova	
11:40	OMN Motrix Lidia de la Fuente	OMN Motrix Paloma Ortiz	OMN Motrix Lidia de la Fuente	OMN Motrix Paloma Ortiz	OMN Motrix Lidia de la Fuente
11:40	5 Abdominales Joel Puente		5 Abdominales Joel Puente		5 Abdominales Joel Puente
12:00		1 Hipopresivos Jesús Núñez		1 Hipopresivos Jesús Núñez	
12:30	2 Pilates Alfonso Jordán	2 Yoga fitness Nadia Abu Jaber	2 Body Balance Alfonso Jordán	2 Yoga fitness Nadia Abu Jaber	2 Pilates Sheila Arrogante
12:30		3 GAP Guillermo Rivera		3 físico Total Paloma Ortiz	
12:30	PI Aquaafísico Marta García	PA Aquaafísico Javi Iglesias	PI Aquaafísico Javi Iglesias	PA Aquaafísico Javi Iglesias	PI Aquaafísico Joel Puente
12:40		OMN Motrix Lidia de la Fuente	FUNZ Antigrávitv Elena Belova	OMN Motrix Lidia de la Fuente	
13:00		1 Hipopresivos Jesús Núñez		1 Hipopresivos Jesús Núñez	
13:30	3 físico Total Alberto Gómez	3 Body Pump Sheila Arrogante	3 GAP Jonathan Martín	2 Pilates Guillermo Rivera	3 físico Total Alberto Gómez
13:30		5 KBox Fabián Cuenca		5 KBox Fabián Cuenca	
14:00	5 AcroGym Mario Fernández	FUNZ TRX Sergio Gascón	5 AcroGym Mario Fernández	FUNZ TRX Sergio Gascón	
14:15	FIT Triple Express Juan Hernández		FIT Triple Express Juan Hernández		FIT Triple Express Sergio Gascón
14:15	FUNZ Antigrávitv Elena Belova				
14:30	5 Cross Gym Fran Rodríguez	5 Skillmill Guillermo Rivera	5 Callistenia Daniel Osma	5 Skillmill Fran Rodríguez	5 Cross Gym Fran Rodríguez
14:30	4 Ciclofísico Javi Sesma	4 Ciclofísico Michael Macías	4 Ciclofísico Sergio Gascón	4 Ciclofísico Guille Benedí	4 Ciclofísico Guille Benedí
14:30	3 Body Combat Michael Macías	3 Aerobic avanzado Jonathan Martín	3 Body Pump Alfonso Jordán	3 Zumba Álvaro da Gama	3 Step avanzado Cristian Fernández
14:30		2 Pilates iniciación Alfonso Jordán		2 Pilates Alfonso Jordán	2 Body Balance Iñaki García
14:30	1 Yoga Candela Rabal	1 Hipopresivos Jesús Núñez	1 Yoga Candela Rabal	1 Hipopresivos Jesús Núñez	
14:30	PA Triatlón Swim Jaime Menéndez		PA Triatlón Swim Jaime Menéndez		
14:30	PI Aquaafísico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Javi Iglesias		PA Carrera Acuática Javi Iglesias	

TARDE



MUCHO FISICO POR DELANTE

ESTE ES TU AÑO

fisico

fisicoweb.com



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
15:00	FUNZ Abdominales Iñaki García		FUNZ Abdominales Iñaki García		FUNZ Abdominales Juan Hernández
15:30		4 Ciclofisico Sergio Gascón		4 Ciclofisico Javi Sesma	
15:30	3 físico Total Jonathan Martín	2 Body Balance Juan Hernández	3 Body Combat Iñaki García	2 Espalda sana Alfonso Jordán	3 Body Pump Juan Hernández
15:30	FUNZ TRX Juan Hernández	FUNZ Abdominales Ion Gutiérrez	FUNZ Elastic Juan Hernández	FUNZ Abdominales Ion Gutiérrez	FUNZ TRX Sergio Gascón
16:30	FUNZ Glutexpress Juan Hernández	FUNZ TRX Jonathan Martín	FUNZ Glutexpress Juan Hernández	FUNZ TRX Jonathan Martín	FUNZ Glutexpress Juan Hernández
17:00	3 GAP Iñaki García	3 Body Pump Iñaki García			
17:00	2 Pilates Guillermo Rivera	2 físico postural Cristian Fernández	2 Body Balance Iñaki García	2 físico postural Cristian Fernández	2 Body Balance Iñaki García
17:00	FUNZ TRX Javi Sesma	FUNZ Glutexpress Alberto Gómez	FUNZ Abdominales Fran Cañamero	FUNZ Glutexpress Alberto Gómez	FUNZ TRX Javi Sesma
17:30		4 Ciclofisico Javi Sesma		4 Ciclofisico Guille Benedí	
17:30					FUNZ Antigrávyty Elena Belova
18:00	3 Body Pump Iñaki García	3 Body Combat Iñaki García	3 Zumba Cris Tello	3 GAP Guillermo Rivera	3 físico Total Cristian Fernández
18:00	2 Step avanzado Jonathan Martín	2 Pilates Nadia Abu Jaber	2 GAP Paloma Ortiz	2 Pilates Nadia Abu Jaber	2 Latino Álvaro da Gama
18:00	FUNZ Elastic Paloma Ortiz	FUNZ Triple Express Jonathan Martín		FUNZ Triple Express Jonathan Martín	
18:30	5 Cross Gym Alfonso Carabel	5 Skillmill Joel Puente	5 Cross Gym Juan Esevenri	5 Skillmill Joel Puente	5 Cross Gym Alfonso Carabel
18:30	4 Ciclofisico Sergio Gascón	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Javi Sesma
18:30	1 Pilates Guillermo Rivera	1 Hipopresivos Jesús Núñez		1 Hipopresivos Jesús Núñez	1 Pilates Elena Belova
18:30	FUNZ Hiit Paloma Ortiz				
19:00	3 Body Combat Iñaki García	3 físico Total Cristian Fernández	3 Pilates Nadia Abu Jaber	3 Body Combat Iñaki García	3 Body Pump Marcos González
19:00	2 físico ritmos Álvaro da Gama	2 Body Balance Iñaki García	2 Step avanzado Guillermo Rivera	2 físico Total Sergio Gascón	
19:00	FUNZ TRX Joel Puente	FUNZ Elastic Jonathan Martín	FUNZ TRX Sergio Gascón	FUNZ Hiit Javi Sesma	FUNZ TRX Alberto Gómez
19:30		SPAR Spartan experience Equipo físico		SPAR Spartan experience Equipo físico	
19:30	5 Sliding Paloma Ortiz	5 KBox Fabián Cuenca	5 Prehabilitación Equipo físico	5 KBox Fabián Cuenca	5 Calistenia Daniel Osma
19:30	4 Ciclofisico Lorena Isasi	4 Ciclofisico Sergio Gascón	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico 90 Guille Benedí
19:30	1 Tai Chi iniciación Paz Piñel	1 Yoga fitness Nadia Abu Jaber	1 Tai Chi iniciación Paz Piñel	1 Yoga fitness Nadia Abu Jaber	1 Capoeira Álvaro da Gama
19:30	FUNZ Prehabilitación Joel Puente	FUNZ TRX Alberto Gómez	FUNZ físico Total Jonathan Martín	FUNZ TRX Alberto Gómez	2 Zumba Elena Belova
20:00	3 Body Pump Marcos González	3 GAP Cris Tello	3 Body Attack Michael Macías	3 Body Pump Iñaki García	3 Body Combat Marcos González
20:00	2 Step Guillermo Rivera	2 Zumba Elena Belova	2 Body Balance Iñaki García	2 Pilates Elena Belova	
20:00	FUNZ Abdominales Javi Sesma	FUNZ Abdominales Fran Cañamero		FUNZ Abdominales Fran Cañamero	FUNZ Abdominales Alberto Gómez
20:00	CFUT Fútbol Condition Sergio Gascón	OUT físicoRunners Sonia Bejarano	CFUT Fútbol Condition Sergio Gascón	OUT físicoRunners Sonia Bejarano	
20:30	5 Cross Gym Juan Esevenri	5 Calistenia Daniel Osma	5 Cross Gym Alfonso Carabel	5 Calistenia Daniel Osma	5 Cross Gym Juan Esevenri
20:30	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Lorena Isasi	4 Ciclofisico Isabel Del Barrio	
20:30	1 Tai Chi 90' Paz Piñel	1 Yoga 90' Candela Rabal	1 Tai Chi 90' Paz Piñel	1 Yoga 90' Candela Rabal	
20:30		PA Triatlón Swim Jaime Menéndez		PA Triatlón Swim Jaime Menéndez	
20:30	FUNZ Abdominales Karlos Diaz	FUNZ Glutexpress Alberto Gómez	FUNZ Abdominales Paloma Ortiz	FUNZ Glutexpress Alberto Gómez	FUNZ Abdominales Alberto Gómez
20:45		CROS Boot Camp Arturo Ortiz		CROS Boot Camp Arturo Ortiz	
21:00	3 Body Attack Michael Macías	3 Body Combat Michael Macías	3 Body Pump Michael Macías	3 Zumba Sheila Arrogante	