

MAÑANA



**MUCHO
FISICO
POR
DELANTE**
ESTE ES TU AÑO

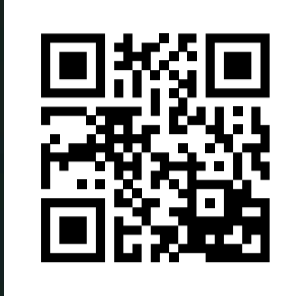
fisico

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 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Ernesto Pastor	4 Ciclofisico Edu Fernández	
07:30	3 Body Pump + CX Sheila Arrogante		3 físico Total Sheila Arrogante		3 Body Pump Alfonso Jordán
08:30	4 Ciclofisico Edu Fernández	5 Cross Gym Fran Rodríguez	2 Body Balance Elena Belova	5 Cross Gym Fran Rodríguez	4 Ciclofisico Isabel Del Barrio
08:30		3 físico Total Elena Belova		3 Body Pump Lorena Isasi	
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 Aquaflisico Marta García	PA Carrera Acuática Javi Iglesias	PA Aquaflisico 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 Calistenia Daniel Osma
09:30	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico Edu Fernández	4 Ciclofisico Lorena Isasi	4 Ciclofisico 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 Step Jonathan Martín	2 Body Balance Elena Belova	2 Attack + CX Sheila Arrogante
09:30	1 físico ritmos Elena Belova		1 Pilates iniciación Alfonso Jordán		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 Metabolic 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 Calistenia Daniel Osma	5 Sliding Paloma Ortiz	5 Cross Gym Fran Rodríguez
10:30	4 Ciclofisico Edu Fernández	4 Ciclofisico Sergio Gascón	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico Guille Benedí	4 Ciclofisico Edu Fernández
10:30	3 GAP Cris Tello	3 físico Total Álvaro da Gama	3 Aerobic avanzado Guillermo Rivera	3 Body Pump Edu Fernández	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 Rafa Fernández	OMN Motrix Edu Fernández	OMN Motrix Jonathan Martín	OMN Motrix Rafa Fernández	OMN Motrix Arturo Ortiz
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 Álvaro da Gama	3 Aerobic Jonathan Martín	3 Zumba Sheila Arrogante	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 Aquaflisico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Marta García	PA Carrera Acuática Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Marta García	PI Aquaflisico 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 Antigravity Elena Belova			FUNZ Antigravity Elena Belova	
11:40	OMN Motrix Lidia de la Fuente	OMN Motrix Edu Fernández	OMN Motrix Lidia de la Fuente	OMN Motrix Edu Fernández	OMN Motrix Lidia de la Fuente
11:40	5 Abdominales Edu Fernández		5 Abdominales Edu Fernández		5 Abdominales Edu Fernández
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 Aquaflisico Marta García	PA Aquaflisico Javi Iglesias	PI Aquaflisico Javi Iglesias	PA Aquaflisico Javi Iglesias	
12:40		OMN Motrix Lidia de la Fuente	FUNZ Antigravity 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 Edu Fernández	3 GAP Jonathan Martín	2 Pilates Guillermo Rivera	3 Body Combat Álvaro da Gama
14:00	5 AcroGym Mario Fernández	CROS KBox Fabián Cuenca	5 AcroGym Mario Fernández	CROS KBox Fabián Cuenca	
14:00		FUNZ TRX Sergio Gascón		FUNZ TRX Sergio Gascón	
14:15	FIT Triple Express Juan Hernández		FIT Triple Express Edu Fernández		FIT Triple Express Sergio Gascón
14:15	FUNZ Antigravity Elena Belova				
14:30	5 Cross Gym Fran Rodríguez	5 Skillmill Guillermo Rivera	5 Calistenia Daniel Osma	5 Skillmill Guillermo Rivera	5 Cross Gym Fran Rodríguez
14:30	4 Ciclofisico Javi Sesma	4 Ciclofisico Edu Fernández	4 Ciclofisico Sergio Gascón	4 Ciclofisico Edu Fernández	4 Ciclofisico 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 Inaki 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 Aquaflisico Javi Iglesias	PA Carrera Acuática Javi Iglesias		PA Carrera Acuática Javi Iglesias	

TARDE



MUCHO FISICO POR DELANTE

ESTE ES TU AÑO

fisico

ficoweb.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 Edu Fernández	FUNZ Elastic Juan Hernández	FUNZ Abdominales Edu Fernández	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		3 Combat CX 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 Antigravity 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 Total + CX Juan Hernández	2 Pilates Nadia Abu Jaber	2 Latino Álvaro da Gama
18:00	FUNZ Elastic Paloma Ortiz	FUNZ Triple Express Jonathan Martín	FUNZ GAP Paloma Ortiz	FUNZ Triple Express Jonathan Martín	
18:30	5 Cross Gym Alfonso Carabel	5 Skillmill Joel Puente	5 Cross Gym Juan Eseverri	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 Juan Hernández	3 Pilates Nadia Abu Jaber	3 Body Combat Juan Hernández	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 Calistenia Daniel Osma	5 Prehabilitación Equipo físico	5 Sliding Paloma Ortiz	5 Calistenia Daniel Osma
19:30	4 Ciclofisico Lorena Isasi	4 Ciclofisico Sergio Gascón	4 Ciclofisico Álvaro Vázquez	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		CROS KBox Fabián Cuenca		CROS KBox Fabián Cuenca	
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 Eseverri	5 Calistenia Daniel Osma	5 Cross Gym Alfonso Carabel	5 Calistenia Daniel Osma	5 Cross Gym Juan Eseverri
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 Marcos González	3 Body Combat Michael Macías	3 Body Pump Michael Macías	3 Zumba Álvaro da Gama	
21:30	4 Ciclofisico Lorena Isasi				