



# NOVIEMBRE NOVEMBER

Del 23 AL 29 DE NOVIEMBRE from 23rd till the 29nd of November

## Sala 1 clases colectivas · group lessons

	23 Lunes Monday	24 Martes Tuesday	25 Miércoles Wednesday	26 Jueves Thursday	27 Viernes Friday	28 Sábado Saturday	29 Domingo Sunday
9:20- 10:10	<b>PILATES</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>GAP</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>PILATES</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>TONIFICACIÓN</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>BALANCE</b> (Mari) Aforo 9 pax		
10:30-11:20	<b>TONIFICACIÓN OUTDOOR</b> (Mari) Aforo 20 pax	<b>PILATES</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>FITBALL TONO</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>PILATES</b> (Mari) Aforo 9 pax	<b>CORE TRAINING</b> (Mari) Aforo 9 pax		
19:00-19:50		<b>PUMP</b> (Mari Jimenez) Aforo 9 pax		<b>GAP</b> (Mari Jimenez) Aforo 9 pax			
20:10 a 21:00		<b>ZUMBA</b> (Mari Jimenez) Aforo 9 pax		<b>BALANCE</b> (Mari Jimenez) Aforo 9 pax			
20:30 - 21:20	<b>PILATES HIPOPRESIVO</b> (Marian) Aforo 9 pax		<b>PILATES HIPOPRESIVO</b> (Marian) Aforo 9 pax				



**¡ RESERVA YA !  
BOOK NOW !!**

marinasenses.com  
+34 96 541 97 93

## Sala 2 Ciclo indoor

09:30- 10:20		<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax	<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		
10:30 - 11:20	<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax			<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax	<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax
19:15-20:05	<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		<b>CICLO VIRTUAL</b> (Virtual) Aforo 8 pax		
20:15 - 21:05		<b>CICLO INDOOR</b> (Laura) Aforo 8 pax		<b>CICLO INDOOR</b> (Laura) Aforo 8 pax	<b>CICLO INDOOR</b> (Laura) Aforo 8 pax		

**SOLICITA AL MONITOR  
TU CLASE VIRTUAL EN  
CUALQUIER MOMENTO  
ASK THE MONITOR FOR YOUR  
VIRTUAL CLASS AT ANY TIME**

## Sala Cross Cross Training

19:00	<b>CROSS TRAINING</b> (Alejandro) Aforo 6 pax	<b>CROSS TRAINING</b> (Alejandro) Aforo 6 pax
20:10	<b>CROSS TRAINING</b> (Alejandro) Aforo 6 pax	<b>CROSS TRAINING</b> (Alejandro) Aforo 6 pax

