

LUNES

- 0735 CICLO (2)
- 0825 BODY PUMP (1)
- 0915 ZUMBA (1)
- 0915 HBX BOXING (3)
- 1000 BODY COMBT (1)
- 1000 AQUA FITNSS (P)
- 1050 CICLO (2)
- 1050 VITALFIT (1)
- 1050 AQUA TRAIING (P)
- 1140 BODY JUMP (1)
- 1140 PILATES (7)
- 1230 BODY PUMP (1)
- 1620 CICLO (2)
- 1620 BODY COMBT (1)
- 1710 BODY PUMP (1)
- 1710 CICLO (2)
- 1710 ZUMBA (3)
- 1800 HBX MOVE (3)
- 1800 CICLO (2)
- 1800 BALANCE (1)
- 1850 BODY PUMP (1)
- 1850 CICLO (2)
- 1910 ABD (3)
- 1940 AQUA TRAIING (P)
- 1940 BODY JUMP (1)
- 1940 HBX FUSION (3)
- 1940 VITALFIT (7)
- 2030 BODY PUMP (1)
- 2030 DYNAMIC (P)
- 2030 PILATES (7)
- 2030 CICLO (2)
- 2120 BODY COMBT (1)



descarga

MARTES

- 0810 CICLO (2)
- 0900 BODY PUMP (1)
- 0950 BODY ATTCK (1)
- 1000 HBX MOVE (3)
- 1050 ZUMBA (1)
- 1050 AQUA TRAIING (P)
- 1140 VITALFIT (7)
- 1140 BODY PUMP (1)
- 1230 PILATES (1)
- 1420 BODY PUMP (1)
- 1620 BODY PUMP (1)
- 1710 BODY JUMP (1)
- 1710 CICLO (2)
- 1710 HBX BOXING (3)
- 1800 VITALFIT (3)
- 1800 X-MEN (1)
- 1800 CICLO (2)
- 1820 ABD (7)
- 1850 BODY COMBT (1)
- 1850 HBX FUSION (3)
- 1850 PILATES (7)
- 1940 BODY PUMP (1)
- 1940 ZUMBA (7)
- 1940 AQUA TRAIING (P)
- 1940 HBX MOVE (3)
- 2030 BALANCE (3)
- 2030 BODY STEP (1)
- 2030 CICLO (2)
- 2030 AQUA FITNSS (P)
- 2120 BODY PUMP (1)

MIÉRCOLES

- 0750 BODY PUMP (1)
- 0840 CICLO (2)
- 0930 BODY COMBT (1)
- 1020 AQUA TRAIING (P)
- 1020 BODY STEP (1)
- 1020 PILATES (7)
- 1110 AQUA FITNSS (P)
- 1110 VITALFIT (1)
- 1200 HBX BOXING (3)
- 1200 ZUMBA (1)
- 1250 BODY PUMP (1)
- 1600 BODY PUMP (1)
- 1650 CICLO (2)
- 1650 BODY COMBT (1)
- 1740 HBX MOVE (3)
- 1740 CICLO (2)
- 1740 ZUMBA (1)
- 1830 BODY PUMP (1)
- 1830 BALANCE (3)
- 1830 CICLO (2)
- 1920 VITALFIT (7)
- 1920 HBX BOXING (3)
- 1920 BODY ATTCK (1)
- 2010 BODY PUMP (1)
- 2010 PILATES (7)
- 2010 HBX FUSION (3)
- 2010 AQUA TRAIING (P)
- 2100 CICLO (2)
- 2100 ZUMBA (1)

JUEVES

- 0735 CICLO (2)
- 0825 HBX BOXING (3)
- 0915 BODY PUMP (1)
- 0930 HBX MOVE (3)
- 1005 AQUA FITNSS (P)
- 1020 ZUMBA (1)
- 1110 AQUA TRAIING (P)
- 1110 BODY COMBT (1)
- 1200 BALANCE (3)
- 1200 BODY PUMP (1)
- 1250 CICLO (2)
- 1600 CICLO (2)
- 1650 PILATES (3)
- 1650 BODY PUMP (1)
- 1740 BODY STEP (1)
- 1740 CICLO (2)
- 1830 VITALFIT (3)
- 1830 X-MEN (1)
- 1920 ZUMBA (1)
- 1930 AQUA TRAIING (P)
- 1920 CICLO (2)
- 2010 BODY COMBT (1)
- 2010 HBX MOVE (3)
- 2010 BALANCE (7)
- 2020 DYNAMIC (P)
- 2100 BODY PUMP (1)

VIERNES

- 0820 BODY PUMP (1)
- 0910 BALANCE (1)
- 1000 BODY JUMP (1)
- 1000 AQUA TRAIING (P)
- 1050 VITALFIT (3)
- 1050 BODY PUMP (1)
- 1140 ZUMBA (1)
- 1140 CICLO (2)
- 1140 DYNAMIC (P)
- 1230 PILATES (7)
- 1230 BODY COMBT (1)
- 1710 HBX BOXING (3)
- 1800 ZUMBA (7)
- 1800 BODY JUMP (1)
- 1850 BODY PUMP (1)
- 1850 CICLO (2)
- 1940 VITALFIT (7)
- 1940 BODY COMBT (1)
- 1940 CICLO (2)
- 2030 AQUA TRAIING (P)
- 2030 PILATES (7)
- 2030 BODY PUMP (1)

SÁBADO

- 1050 AQUA TRAIING (P)
- 1140 BODY PUMP (1)
- 1230 ZUMBA (1)
- 1800 CICLO (2)
- 1850 BODY PUMP (1)
- 1940 PILATES (1)

DOMINGO

- 1050 AQUA FITNSS (P)
- 1140 VITALFIT (1)
- 1230 CICLO (2)
- 1800 BODY COMBT (1)
- 1850 BODY PUMP (1)
- 1940 HBX BOXING (3)

- SUAVES
- CICLO
- FUERZA
- COREO
- ACUÁTICA
- Nº SALA

RESERVA DESDE NUESTRA APP

DURACIÓN = 45 MIN
*salvo ABD y EST = 25 MIN

CON LA **CUOTA FAMILIAR**, LOS PEQUES DISFRUTAN DE HORAS GRATIS DE LUDOTECA CADA MES, Y MUCHAS CLASES JUNIOR ADAPTADAS A CADA EDAD. PUEDES **RESERVAR** TU PLAZA EN LA APP DE RESERVAS CON EL PERFIL DEL NIÑO. ES **OBLIGATORIO** QUE CADA NIÑO ACCEDA AL CENTRO Y A LA CLASE CON SU **CARNET FAMILIAR O JUNIOR**. PARA ENTREGAR Y RECOGER A LOS NIÑOS, INTENTAD RESPETAR LOS **HORARIOS** DE CAMBIOS DE CLASE.

NINJA FITNESS (4-9 años)

ninja de RAYO

AUMENTA TU VELOCIDAD:
MINI BAILÉ: aprende bailes sencillos
MINI JUMP: Coreo en mini trampolines

ninja de AGUA

AUMENTA TU REGENERACIÓN:
BALANCE: coreo de yoga
FITBALLS: balones gigantes
PILATES: ejercicios posturales

ninja de VIENTO

AUMENTA TU AGILIDAD:
CIRCUITO: postas de agilidad
DEPORTES: partidos por equipos

ninja de FUEGO

AUMENTA TU FORTALEZA:
HBX MOVE: Clases con TRX en suspensión para entrenar escalada
MINI PUMP: Pesas a ritmo de la música

ninja de TIERRA

AUMENTA TU PROTECCIÓN:
MINI BOXING: Clases con mini saco de boxeo sin contacto con otros
COMBAT: coreo de artes marciales

LUNES

hora	clase	sala
16:20	COMBAT	7
17:10	CIRCUITO	7
18:00	MINI PUMP	7
18:50	FITBALLS	6
19:40	MINI JUMP	6

FINAL CLASES A LAS 20,25 HORAS

MARTES

hora	clase	sala
17:10	MINI PUMP	7
18:00	MINI JUMP	6
18:50	COMBAT	6
19:40	FITBALLS	6

FINAL CLASES A LAS 20,25 HORAS

MIÉRCOLES

hora	clase	sala
16:50	PILATES	7
17:40	CIRCUITO	7
18:30	COMBAT	7
19:20	MINI JUMP	6

FINAL CLASES A LAS 20,05 HORAS

JUEVES

hora	clase	sala
16:50	COMBAT	7
17:40	MINI PUMP	7
18:30	MINI BAILÉ	7
19:20	FITBALLS	6

FINAL CLASES A LAS 20,05 HORAS

VIERNES

hora	clase	sala
17:10	MINI JUMP	1
18:00	MINI BOX	3
18:50	HBX MOVE	3

FINAL CLASES A LAS 19,35 HORAS

SE HARÁ ENTREGA DE UN **CARNET DE NINJA** A CADA NIÑO, Y CADA VEZ QUE COMPLETE UNA CLASE PORTÁNDOSE BIEN Y CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, SE LE IMPONDRÁ UNA NUEVA **ESTRELLA PEGATINA**. SI ALCANZA LAS 10 ESTRELLAS EN UN TIPO DE NINJA, LE ENTREGAREMOS **UNA CHAPA** PARA QUE PUEDA LUCIR SU LOGRO. SI CONSIGUE LAS 5, ALCANZARÁ EL GRADO DE **NINJA TOTAL**.

DURACIÓN DE LAS CLASES = 30 MIN DE ENTRENO + 15 MIN DE JUEGOS + 5 MIN CAMBIO

NINJA TOTAL

CHIQUI (1,5-3 años)

LUNES

hora	clase	sala
18:50	chiqui MOTRIX	5

MARTES

hora	clase	sala
18:50	chiqui MOTRIX	5

JUEVES

hora	clase	sala
18:30	chiqui MOTRIX	5

DURACIÓN DE LAS CLASES = 45 MIN

JUNIOR (10-13 años)

PARA ASISTIR A ESTAS CLASES DEBE ESTAR ACOMPAÑADO DE UN ADULTO, Y PARA CICLO DEBE MEDIR AL MENOS 1.5m Y PARA ACUÁTICAS AL MENOS 1,3m

LUNES

16:20	BODY COMBT	1
17:10	ZUMBA	3

MARTES

16:20	BODY PUMP	1
17:10	BODY JUMP	1

MIÉRCOLES

16:00	BODY PUMP	1
16:50	BODY COMBT	1

JUEVES

16:50	PILATES	3
17:40	BODY STEP	1

VIERNES

18:00	BODY JUMP	1
18:50	BODY PUMP	1

DURACIÓN DE LAS CLASES = 45 MIN

CARNET

OBLIGATORIO



elPerú
CÁCERES WELLNESS

¿más info de cuota familiar?

