

Horario semanal

RESERVA TU CLASE EN MERITASTUDIO.ES



SESIONES DE 50 MIN
MÁXIMO 8 PERSONAS · 8 MEGAFORMERS
C/PLATERÍAS 3 · VALLADOLID

		Essential	Inicial	Vital	Sculpt	Flow	Elevate
		FULL BODY TÉCNICA · CONTROL	INICIACIÓN TÉCNICA · CONFIANZA	FUERZA MOVILIDAD · EQUILIBRIO	TONIFICACIÓN · DEFINICIÓN GLÚTEOS & PIERNAS	CORE · MOVILIDAD MOVIMIENTO CONTINUO	CARDIO FUERZA · ENERGÍA
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
MAÑANAS	08:00	Elevate	Essential	Elevate	Essential	Sculpt	
	09:00	Essential	Sculpt	Flow	Elevate	Essential	Essential
	10:00	Vital	Flow	Vital	Sculpt	Flow	Sculpt
	11:00	Sculpt	Vital	Essential	Vital	Elevate	Flow
	12:00	Flow	Elevate	Sculpt	Flow	Essential	Elevate
TARDES	15:30	Flow	Essential	Flow	Elevate	Elevate	
	16:30	Essential	Sculpt	Sculpt	Flow	Sculpt	
	17:30	Sculpt	Inicial	Essential	Sculpt	Inicial	
	18:30	Elevate	Essential	Elevate	Essential	Elevate	
	19:30	Essential	Flow	Sculpt	Elevate	Essential	
	20:30	Sculpt	Elevate	Essential	Sculpt	Flow	