FITNESS CLUB SAN JOSÉ

CALLEJÓN

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	10:00 - 10:50 **Gluteo Strong (Máx 14)**					

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

CROSSFIT RINOCERONTE

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:15 - 08:05 **CrossFit (Máx 28)**	07:15 - 08:05 **CrossFit (Máx 28)**	07:15 - 08:05 **CrossFit (Máx 28)**	07:15 - 08:05 **CrossFit (Máx 28)**	07:15 - 08:05 **CrossFit (Máx 28)**	10:00 - 11:00 **CrossFit (Máx 25)**	
08:15 - 09:05 **CrossFit (Máx 28)**	08:15 - 09:05 **CrossFit (Máx 28)**	08:15 - 09:05 **CrossFit (Máx 28)**	08:15 - 09:05 **CrossFit (Máx 28)**	08:15 - 09:05 **CrossFit (Máx 28)**		
09:15 - 10:05 **CrossFit (Máx 28)**	09:15 - 10:05 **CrossFit (Máx 28)**	09:15 - 10:05 **CrossFit (Máx 28)**	09:15 - 10:05 **CrossFit (Máx 28)**	09:15 - 10:05 **CrossFit (Máx 28)**		
10:15 - 11:05 **CrossFit (Máx 28)**	10:15 - 11:05 **CrossFit (Máx 28)**	10:15 - 11:05 **CrossFit (Máx 28)**	10:15 - 11:05 **CrossFit (Máx 28)**	10:15 - 11:05 **CrossFit (Máx 28)**		
11:15 - 12:05 **CrossFit (Máx 28)**	11:15 - 12:05 **CrossFit (Máx 28)**	11:15 - 12:05 **CrossFit (Máx 28)**	11:15 - 12:05 **CrossFit (Máx 28)**	11:15 - 12:05 **CrossFit (Máx 28)**		
16:00 - 16:50 **CrossFit (Máx 30)**	16:00 - 16:50 **CrossFit (Máx 30)**	16:00 - 16:50 **CrossFit (Máx 30)**	16:00 - 16:50 **CrossFit (Máx 30)**	16:00 - 16:50 **CrossFit (Máx 28)**		
17:00 - 17:50 **CrossFit (Máx 28)**	17:00 - 17:50 **CrossFit (Máx 30)**	17:00 - 17:50 **CrossFit (Máx 30)**	17:00 - 17:50 **CrossFit (Máx 30)**	17:00 - 17:50 **CrossFit (Máx 30)**		
18:00 - 18:50 **CrossFit (Máx 12)**	18:00 - 18:50 **CrossFit (Máx 30)**	18:00 - 18:50 **CrossFit (Máx 30)**	18:00 - 18:50 **CrossFit (Máx 12)**	18:00 - 18:50 **CrossFit (Máx 30)**		
19:00 - 19:50 **CrossFit (Máx 30)**	19:00 - 19:50 **CrossFit (Máx 30)**	19:00 - 19:50 **CrossFit (Máx 30)**	19:00 - 19:50 **CrossFit (Máx 30)**	19:00 - 19:50 **CrossFit (Máx 28)**		
20:00 - 20:50 **CrossFit (Máx 30)**	20:00 - 20:50 **CrossFit (Máx 30)**	20:00 - 20:50 **CrossFit (Máx 30)**	20:00 - 20:50 **CrossFit (Máx 30)**	20:00 - 20:50 **CrossFit (Máx 30)**		

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

HALTEROFILIA OLIMPICA FCSJ II

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
18:00 - 19:00 **HALTEROFILIA INFANTIL (Máx 10)**		18:00 - 19:00 **HALTEROFILIA INFANTIL (Máx 10)**		18:00 - 19:00 **HALTEROFILIA INFANTIL (Máx 10)**		
19:00 - 19:55 **HALTEROFILIA OLIMPICA (Máx 8)**		19:00 - 19:55 **HALTEROFILIA OLIMPICA (Máx 8)**		19:00 - 19:55 **HALTEROFILIA OLIMPICA (Máx 8)**		

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

LUDOTECA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
17:00 - 18:00 **Ludoteca (Máx 25)**	17:00 - 18:00 **Ludoteca (Máx 25)**	17:00 - 18:00 **Ludoteca (Máx 25)**	17:00 - 18:00 **Ludoteca (Máx 25)**	17:00 - 18:00 **Ludoteca (Máx 25)**		
18:00 - 19:00 **Ludoteca (Máx 25)**	18:00 - 19:00 **Ludoteca (Máx 25)**	18:00 - 19:00 **Ludoteca (Máx 25)**	18:00 - 19:00 **Ludoteca (Máx 25)**	18:00 - 19:00 **Ludoteca (Máx 25)**		
19:00 - 20:00 **Ludoteca (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Ludoteca (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Ludoteca (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Ludoteca (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Ludoteca (Máx 25)**		
20:00 - 21:00 **Ludoteca (Máx 25)**	20:00 - 21:00 **Ludoteca (Máx 25)**	20:00 - 21:00 **Ludoteca (Máx 25)**	20:00 - 21:00 **Ludoteca (Máx 25)**	20:00 - 21:00 **Ludoteca (Máx 25)**		

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

MMA FCSJ II

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
18:00 - 18:55 **MMA/SPARRING (Máx 12)**	18:00 - 18:55 **MMA (Máx 16)**	19:00 - 19:55 **MMA (KICK BOXING) (Máx 20)**	18:00 - 18:55 **MMA (Máx 16)**	18:00 - 18:55 **MMA (Máx 16)**		
19:00 - 19:55 **MMA (KICK BOXING) (Máx 20)**	19:00 - 19:55 **MMA (Máx 16)**	20:00 - 20:55 **MMA/GRAPPLING (Máx 16)**	19:00 - 19:55 **MMA (Máx 16)**	19:00 - 19:55 **MMA/SPARRING (Máx 12)**		
20:00 - 20:55 **MMA/GRAPPLING (Máx 16)**						

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

OPEN BOX MMA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**
12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**	12:00 - 13:00 **OPEN BOX MMA (Máx 15)**

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

SALA 3 (CYCLING)

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 - 10:50 **Cycling (Máx 60)**	18:00 - 18:50 **Cycling (Máx 60)**	11:00 - 11:50 **Cycling (Máx 60)**	18:00 - 18:50 **Cycling (Máx 60)**	18:00 - 18:50 **Cycling (Máx 60)**	11:00 - 11:50 **Cycling (Máx 60)**	
18:00 - 18:50 **Cycling (Máx 60)**	19:00 - 19:50 **Cycling (Máx 60)**	18:00 - 18:50 **Cycling (Máx 60)**	19:00 - 19:50 **Cycling (Máx 60)**	19:00 - 19:50 **Cycling (Máx 60)**		
19:00 - 19:50 **Cycling (Máx 60)**	20:00 - 20:50 **Cycling (Máx 60)**	19:00 - 19:50 **Cycling (Máx 60)**	20:00 - 20:50 **Cycling (Máx 60)**			
20:00 - 20:50 **Cycling (Máx 60)**		20:00 - 20:50 **Cycling (Máx 60)**				

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

SALA 4

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
17:00 - 17:50 **Tonificación Dirigida (Máx 22)**	19:00 - 19:50 **Tonificación Dirigida (Máx 22)**	17:00 - 17:50 **Gluteo Strong (Máx 22)**	17:00 - 17:50 **Tonificación Dirigida (Máx 22)**			
18:00 - 18:50 **Tonificación Dirigida (Máx 22)**	20:00 - 20:50 **SUPER CORE (Máx 20)**	19:00 - 19:50 **Tonificación Dirigida (Máx 22)**	18:00 - 18:50 **Gluteo Strong (Máx 22)**			
		20:00 - 20:50 **SUPER CORE (Máx 20)**				

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

SALA BOX

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
11:00 - 11:50 **HITT (Máx 24)**	09:00 - 09:50 **Flamenco Fitness (Máx 30)**	09:00 - 09:50 **Cardiobox (Máx 60)**	10:00 - 10:50 **Alley Circuit (Máx 50)**	10:00 - 10:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**		
14:30 - 15:20 **HITT (Máx 24)**	11:00 - 11:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**	10:00 - 10:50 **Zumba (Máx 60)**	14:30 - 15:20 **Alley Circuit (Máx 50)**	17:00 - 17:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**		
17:00 - 17:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**	17:00 - 17:50 **Step Tradicional (Máx 40)**	14:30 - 15:20 **Cardiobox (Máx 47)**	17:00 - 17:50 **GAP (Máx 57)**	18:00 - 18:50 **GAP (Máx 57)**		
18:00 - 18:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**	18:00 - 18:50 **Cardiobox (Máx 60)**	17:00 - 17:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**	18:00 - 18:50 **HITT (Máx 24)**	19:00 - 19:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**		
19:00 - 19:50 **Zumba (Máx 60)**	19:00 - 19:50 **Tonificación Dirigida (Máx 57)**	18:00 - 18:50 **Step Funcional (Máx 40)**	19:00 - 19:50 **Cardiobox (Máx 60)**			
		19:00 - 19:50 **GAP (Máx 57)**				

19/01/2026

FITNESS CLUB SAN JOSÉ

SALA BOXEO

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	20:00 - 21:00 **BOXEO (Máx 20)**		20:00 - 21:00 **BOXEO (Máx 20)**			

19/01/2026