

CALLEJÓN

LUNES

MARTES

MIÉRC.

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

10:00 - 10:50
Gluteo Strong (Máx 18)

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)		

HALTEROFILIA OLIMPICA FCSJ II

LUNES

17:00 - 18:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

18:00 - 19:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

19:00 - 19:55
HALTEROFILIA
OLIMPICA (Máx 8)

MARTES

MIÉRC.

17:00 - 18:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

18:00 - 19:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

19:00 - 19:55
HALTEROFILIA
OLIMPICA (Máx 8)

JUEVES

VIERNES

17:00 - 18:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

18:00 - 19:00
HALTEROFILIA
INFANTIL (Máx 10)

19:00 - 19:55
HALTEROFILIA
OLIMPICA (Máx 8)

SÁBADO

DOMINGO

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)		

MMA FCSJ II

LUNES

18:00 - 18:55
MMA/SPARRING (Máx 12)

19:00 - 19:55
MMA (KICK BOXING) (Máx 20)

20:00 - 20:55
MMA/GRAPPLING (Máx 16)

MARTES

19:00 - 19:55
MMA (Máx 16)

20:00 - 20:55
MMA (Máx 16)

MIÉRC.

19:00 - 19:55
MMA (KICK BOXING) (Máx 20)

20:00 - 20:55
MMA/GRAPPLING (Máx 16)

JUEVES

19:00 - 19:55
MMA (KICK BOXING) (Máx 20)

20:00 - 20:55
MMA (Máx 16)

VIERNES

18:00 - 18:55
MMA (Máx 16)

19:00 - 19:55
MMA/SPARRING (Máx 12)

SÁBADO

DOMINGO

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)

27/04/2026

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)				

27/04/2026

SALA 4

LUNES

 17:00 - 17:50
Tonificación Dirigida
 (Máx 22)

 18:00 - 18:50
Tonificación Dirigida
 (Máx 22)

MARTES

 19:00 - 19:50
Tonificación Dirigida
 (Máx 22)

 20:00 - 20:50
SUPER CORE (Máx 20)

MIÉRC.

 17:00 - 17:50
Gluteo Strong (Máx 22)

 19:00 - 19:50
Tonificación Dirigida
 (Máx 22)

 20:00 - 20:50
SUPER CORE (Máx 20)

JUEVES

 17:00 - 17:50
Tonificación Dirigida
 (Máx 22)

 18:00 - 18:50
Gluteo Strong (Máx 22)

VIERNES

 18:00 - 18:50
GAP (Máx 22)

SÁBADO

DOMINGO

SALA BOX

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
11:00 - 11:50 HITT (Máx 24)	10:00 - 10:50 Alley Circuit (Máx 50)	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)	19:00 - 19:50 Tonificación Dirigida (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 30)			
19:00 - 19:50 Zumba (Máx 60)	19:00 - 19:50 Tonificación Dirigida (Máx 57)	18:00 - 18:50 Circuit Training (Máx 24)	19:00 - 19:50 Cardiobox (Máx 60)			
		19:00 - 19:50 GAP (Máx 57)				

SALA BOXEO

LUNES

MARTES

MIÉRC.

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

20:00 - 21:00
BOXEO (Máx 20)

20:00 - 21:00
BOXEO (Máx 20)

27/04/2026