

Day & Life

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:00 – 8:00		YOGA				
8:00-9:00		INTROS  RUNNING		INTROS  FIGHT BOX		
10:00 – 11:00	POLE DANCE	YOGA	POLE DANCE	YOGA		AÉREOS (ARO Y TELAS)
11:00 – 12:00		PRE-POST PARTO		PRE-POST PARTO		AÉREOS (AROS Y TELAS)
12:00 – 13:00	FITNESS BALLET		FITNESS BALLET			
13:00 – 14:00	YOGA		YOGA	YOGA		
14:00 – 15:00	FITNESS BALLET	PILATES	PILATES	PILATES		
15:00 – 16:00	PILATES		PILATES			
16:00 – 17:00	POLE DANCE		POLE DANCE		GAP 	
17:00 – 17:30				SUELO  PÉLVICO		
17:30 – 18:30	MODERNO	FUNKY	CLÁSICO INICIACIÓN	HIP HOP	POLE DANCE	
18:30 – 19:30			JAZZ LÍRICO		POLE DANCE	
19:30 – 20:30	YOGA	LADY STYLE	CONTEMPORÁNEO	SALSA Y BACHATA		
20:30- 21:30		PILATES	INTROS  RUNNING	YOGA		
21:30 – 22:30						

SERVICIO DE ENTRENAMIENTO PERSONAL Y SMALL GROUP

EXITO28MADRID

TRAINING DE 8:00 A 21:00 DE LUNES A VIERNES (sábados por la mañana)



W www.dayandlife.es








 [dayandlifemadrid](https://www.instagram.com/dayandlifemadrid)

T 910145980

www.exitos28madrid.com

678992007

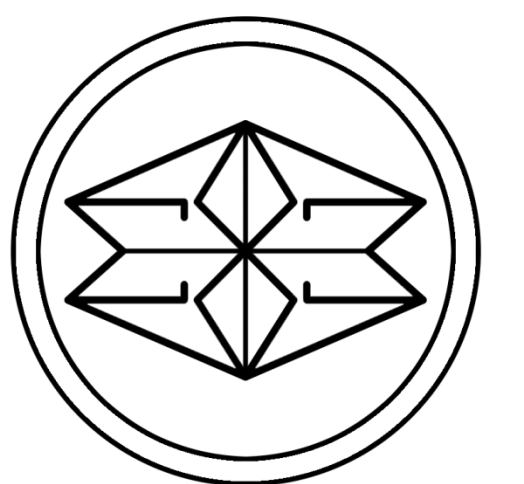
Day & Life

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:00 – 8:00		YOGA				
8:00-9:00		INTROS  RUNNING		INTROS  FIGHT BOX		
10:00 – 11:00	POLE DANCE	YOGA	POLE DANCE	YOGA		AÉREOS (ARO Y TELAS)
11:00 – 12:00		PRE-POST PARTO		PRE-POST PARTO		
12:00 – 13:00	FITNESS BALLET		FITNESS BALLET			AÉREOS (AROS Y TELAS)
13:00 – 14:00	YOGA		YOGA	YOGA		
14:00 – 15:00	FITNESS BALLET	PILATES	PILATES	PILATES		
15:00 – 16:00	PILATES		PILATES			
16:00 – 17:00	POLE DANCE		POLE DANCE		GAP 	
17:00 – 17:30				SUELO PÉLVICO 		
17:30 – 18:30	MODERNO	FUNKY	CLÁSICO INICIACIÓN	HIP HOP	POLE DANCE	
18:30 – 19:30	YOGA	LADY STYLE	JAZZ LÍRICO	SALSA Y BACHATA	POLE DANCE	
19:30 – 20:30			CONTEMPORÁNEO			YOGA
20:30- 21:30		PILATES	INTROS  RUNNING	YOGA		
21:30 – 22:30						

SERVICIO DE ENTRENAMIENTO PERSONAL Y SMALL GROUP

TRAINING DE 8:00 A 21:00 DE LUNES A VIERNES (sábados por la mañana)

EXITOZMADRID



W



T