

**CENTRO DEMO**

BOX INTERIOR

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
06:00 - 07:05 Entrenamiento Personal (Máx 100)	06:00 - 07:05 Entrenamiento Personal (Máx 100)	06:00 - 07:05 Entrenamiento Personal (Máx 100)	06:00 - 07:05 Entrenamiento Personal (Máx 100)	06:00 - 07:05 Entrenamiento Personal (Máx 100)	08:00 - 09:30 Open Box (Máx 12)	
07:05 - 08:05 Wod (Máx 12)	07:05 - 08:05 Body Building (Máx 12)	07:05 - 08:05 Wod (Máx 12)	07:05 - 08:05 Strongman (Máx 16)	07:05 - 08:05 Wod (Máx 12)	09:30 - 11:00 Open Box (Máx 12)	
08:05 - 09:30 Open Box (Máx 14)	08:05 - 09:30 Open Box (Máx 12)	08:30 - 09:30 Endurance (Máx 12)	08:30 - 09:30 Wod (Máx 12)	08:05 - 09:05 Endurance (Máx 16)	11:00 - 12:00 Open Box (Máx 12)	
09:30 - 10:30 Wod (Máx 12)	09:30 - 10:30 Wod (Máx 12)	09:30 - 10:30 Hiit (Máx 9)	09:30 - 10:30 Strongman (Máx 16)	09:30 - 10:30 Wod (Máx 12)		
10:30 - 11:30 Overdrive Coach (Máx 10)	10:30 - 11:30 Overdrive Coach (Máx 10)	10:30 - 12:00 Overdrive Coach (Máx 10)	10:30 - 11:30 Overdrive Coach (Máx 10)	10:30 - 11:30 Overdrive Coach (Máx 10)		
11:30 - 12:30 Open Box (Máx 12)	11:30 - 12:30 Open Box (Máx 12)	12:30 - 13:30 Open Box (Máx 12)	11:30 - 12:30 Open Box (Máx 12)	11:30 - 12:30 Open Box (Máx 12)		
12:30 - 13:30 Open Box (Máx 12)	12:30 - 13:30 Open Box (Máx 12)	13:30 - 14:30 Open Box (Máx 12)	12:30 - 13:30 Open Box (Máx 12)	12:30 - 13:30 Open Box (Máx 12)		
13:30 - 14:30 Open Box (Máx 12)	13:30 - 14:30 Open Box (Máx 12)	14:30 - 15:30 Open Box (Máx 12)	13:30 - 14:30 Open Box (Máx 12)	13:30 - 15:15 Open Box (Máx 12)		
15:00 - 16:30 Overdrive Coach (Máx 10)	15:00 - 16:30 Overdrive Coach (Máx 10)	15:30 - 16:30 Open Box (Máx 14)	15:00 - 16:30 Overdrive Coach (Máx 10)	15:15 - 16:15 Hiit (Máx 9)		
16:30 - 17:30 Open Box (Máx 14)	16:30 - 17:30 Hiit (Máx 9)	16:30 - 17:30 GAP (Máx 8)	16:30 - 17:15 Movilidad Funcional (Máx 14)	16:30 - 18:00 Overdrive Coach (Máx 12)		
17:30 - 18:30 Gymnastics (Máx 16)	17:30 - 18:30 Weightlifting (Máx 16)	17:30 - 18:30 Wod (Máx 12)	17:30 - 18:30 Strongman (Máx 16)	18:00 - 19:15 Bunker Mash (Máx 20)		
18:30 - 19:30 Wod (Máx 14)	18:30 - 19:30 Wod (Máx 14)	18:30 - 19:30 Wod (Máx 12)	18:30 - 19:30 Wod (Máx 14)	19:30 - 20:30 Wod (Máx 14)		
19:30 - 20:30 Wod (Máx 14)	19:30 - 20:30 Wod (Máx 14)	19:30 - 21:00 Deka (Máx 24)	19:30 - 20:30 Strongman (Máx 16)	20:30 - 21:30 Open Box (Máx 14)		
20:30 - 21:30 Open Box (Máx 14)	20:30 - 21:30 Open Box (Máx 14)		20:30 - 21:30 Open Box (Máx 14)			

# CENTRO DEMO

## FOCUS EVOLUTION GYM

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:30 - 22:00 Sala de Musculación (Máx 200)	07:30 - 22:00 Sala de Musculación (Máx 200)	07:30 - 22:00 Sala de Musculación (Máx 200)	07:00 - 21:30 Sala de Musculación (Máx 200)	07:00 - 21:30 Sala de Musculación (Máx 200)	08:00 - 12:00 Sala de Musculación (Máx 200)	

17/12/2025