

kalos
CLUB RECOLETA

FITNESS GRUPAL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADOS
7.30 h	RPM		RPM		RPM	
8.00 h	AEROLOCAL	BODY STEP	AEROLOCAL	BODY STEP	AEROLOCAL	
9.00 h	LOCALIZADA	BODY PUMP	LOCALIZADA	BODY PUMP	LOCALIZADA	
	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM	
10.00 h	ZUMBA	STRETCHING	ZUMBA	STRETCHING		
10.30 h						ZUMBA
13.00 h	BODY PUMP	RPM	BODY PUMP	RPM	BODY PUMP	
13.30 h	AQUAGYM	ZUMBA	AQUAGYM	ZUMBA TONING		
14.00 h	AEROLOCAL		AEROLOCAL		AEROLOCAL	
14.15 h	RPM		RPM			
14.30 h		AQUA ZUMBA		AQUA ZUMBA		
		YOGA		YOGA		
15.30 h	STRETCHING		STRETCHING		STRETCHING	
17.00 h	POWER CYCLING	ZUMBA	POWER CYCLING	ZUMBA	POWER CYCLING	
18.00 h	YOGA	BODY STEP + BODY PUMP	YOGA	BODY STEP + BODY PUMP	LOCAL + GAP	
	AEROLOCAL	INTENSE PILATES CIRCUIT	AEROLOCAL	INTENSE PILATES CIRCUIT		
19.00 h	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY COMBAT	
	ZUMBA		ZUMBA		STRETCHING	
19.30 h	AQUAGYM	AQUA ZUMBA	AQUAGYM	AQUA ZUMBA		
		LOCALIZADA		LOCALIZADA		
20.00 h		RPM		RPM		
20.30 h	AEROLOCAL	ZUMBA	AEROLOCAL	ZUMBA		

SALA DE APARATOS

De Lunes a Viernes de 6.45 a 22.30 h
Sábados de 9 a 21 h

-

25 máquinas cardiovasculares
Ambiente climatizado

SERVICIOS

- Bar
- Depi Express
- Gabinete de Masajes
- Gabinete de Kinesiología
- Gabinete de Nutrición

HORARIOS KALOS RECOLETA

ACTUALIZADO 17/01/2020

CROSS | FUNCIONAL TRAINING | CORE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9.30 h		CORE+ FUNCIONAL		CORE+ FUNCIONAL	
13.00 h		CROSS KALOS		CROSS KALOS	
13.30 h	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING
14.30 h	CROSS KALOS		CROSS KALOS		CROSS KALOS
17.30 h	CORE+ FUNCIONAL	CORE+ FUNCIONAL	CORE+ FUNCIONAL	CORE+ FUNCIONAL	CORE+ FUNCIONAL
19.30 h	CROSS KALOS	CROSS KALOS	CROSS KALOS	CROSS KALOS	CROSS KALOS
20.30 h	CROSS KALOS		CROSS KALOS		CROSS KALOS
	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL TRAINING



Kalos Running Club
Capitán: HORACIO PERNICANO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7.30 h	×	×	×	×		×
14.30 h		×		×		
19.30 h	×		×			
20.30 h	×		×			

PILATES REFORMER

Lunes a Viernes de 7.30 h a 20.30 h
Personalizado. 5 Reformers
Consultar por disponibilidad de cupos

PERSONAL TRAINER

Planes individuales y grupales.
Duración de la sesión: 1 hora
Toalla de mano y lockers incluido.

HORARIOS KALOS RECOLETA

ACTUALIZADO 17/01/2020

INFANTIL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17.00 h	TAEKWON DO		TAEKWON DO		TAEKWON DO
17.45 h		MATRO-NATACIÓN		MATRO-NATACIÓN	
18.30 h	NATACIÓN 5 a 7 años	NATACIÓN 3 a 4 años	NATACIÓN 5 a 7 años	NATACIÓN 3 a 4 años	MATRO-NATACIÓN