



## CIRCL MOBILITY GRABADA

LUNES

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

MARTES

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

MIÉRC.

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

JUEVES

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

VIERNES

00:00 - 19:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

19:00 - 20:30  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

20:30 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

SÁBADO

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

DOMINGO

00:00 - 24:00  
CIRCL Mobility  
GRABACION (Máx 100)

20/03/2026



## COACH ROMINA STUDIO (EN VIVO)

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
06:10 - 06:50 Entrenamiento de Pesa Rusa (Máx 100)	06:00 - 06:50 Entrenamiento de pesas - estilo gym (Máx 50)	06:10 - 06:50 Entrenamiento de Pesa Rusa (Máx 100)	06:00 - 06:50 Entrenamiento de pesas - estilo gym (Máx 50)	06:10 - 06:50 Entrenamiento de Pesa Rusa (Máx 100)	06:30 - 06:45 ExtremeFit-12 (Máx 100)	
07:00 - 07:35 Entrenamiento Funcional (Máx 100)	07:00 - 07:15 ExtremeFit-12 (Máx 100)	07:00 - 07:40 Entrenamiento Funcional (Máx 100)	07:00 - 07:15 ExtremeFit-12 (Máx 100)	07:40 - 08:10 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	07:00 - 07:40 Entrenamiento GAP (Máx 50)	
07:40 - 08:10 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	12:30 - 13:05 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	07:40 - 08:10 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	12:30 - 13:05 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	12:00 - 12:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	08:00 - 08:30 Extreme Abs (Máx 100)	
12:00 - 12:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	13:05 - 13:40 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	12:00 - 12:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	13:05 - 13:40 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	13:05 - 13:40 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	08:30 - 09:15 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	
18:00 - 18:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	15:00 - 15:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	15:00 - 15:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	15:00 - 15:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	15:00 - 15:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	09:30 - 10:10 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	
19:00 - 19:45 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	19:10 - 20:00 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	18:00 - 18:50 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	19:10 - 20:00 Entrenamiento personalizado (Máx 1)	18:10 - 19:00 Entrenamiento personalizado (Máx 1)		
20:00 - 20:20 Extreme Funcional - 20 (Máx 100)		19:00 - 19:45 Entrenamiento personalizado (Máx 1)				
		20:00 - 20:20 Extreme Funcional - 20 (Máx 100)				



## EXTREME ABS GRABADA

LUNES

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

MARTES

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

MIÉRC.

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

JUEVES

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

VIERNES

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

SÁBADO

00:00 - 09:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

09:00 - 10:30  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
100)

10:30 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
50)

DOMINGO

00:00 - 24:00  
Entrenamiento Extreme  
Abs GRABACION (Máx  
50)

20/03/2026



## EXTREMEFIT-12 GRABACIÓN

LUNES

MARTES

MIÉRC.

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

00:00 - 24:00  
ExtremeFit-12  
Grabación (Máx 100)

20/03/2026



## FUNCIONAL GRABADA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 - 07:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 07:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 07:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)
07:00 - 07:50 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		07:00 - 07:50 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		07:00 - 07:50 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		
07:50 - 09:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		07:50 - 09:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		07:50 - 09:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		
09:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		09:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		09:00 - 24:00 Entrenamiento Funcional GRABACION (Máx 100)		

## HIIT GRABADA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 20:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 19:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 19:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)
	20:00 - 21:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)		19:00 - 20:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)		19:00 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)	
	21:00 - 21:30 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)		20:00 - 21:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)			
	21:30 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)		21:00 - 21:30 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)			
			21:30 - 24:00 Entrenamiento Hiit GRABACION (Máx 100)			



HIIT Y FUNCIONAL - COACH ROMINA STUDIO (EN VIVO)

LUNES

MARTES

20:00 - 20:20  
Entrenamiento Hiit (Máx 100)

MIÉRC.

JUEVES

20:00 - 20:20  
Entrenamiento Hiit (Máx 100)

VIERNES

07:00 - 07:30  
Entrenamiento Funcional (Máx 100)

SÁBADO

DOMINGO

20/03/2026

## PESA RUSA GRABADA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 - 06:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 06:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 06:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)
06:00 - 06:45 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		06:00 - 06:45 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		06:00 - 06:45 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		
06:45 - 08:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		06:45 - 08:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		06:45 - 08:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		
08:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		08:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		08:00 - 24:00 Entrenamiento de Pesa Rusa GRABACION (Máx 100)		

## PESAS ESTILO GYM Y GAP GRABADA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 - 06:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 06:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 06:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 23:55 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 07:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	00:00 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)
06:00 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	06:00 - 06:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		06:00 - 06:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		07:00 - 08:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	
	06:30 - 07:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		06:30 - 07:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		08:30 - 10:30 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	
	07:30 - 08:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		07:30 - 08:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		10:30 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)	
	08:00 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)		08:00 - 24:00 Entrenamiento de pesas - estilo gym y Gap GRABACIÓN (Máx 100)			

## ZUMBA GRABADA

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 - 10:30 Clase de Zumba GRABACION (Máx 50)	00:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	00:00 - 20:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	00:00 - 22:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	00:00 - 10:30 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	00:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)
10:30 - 20:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)		20:00 - 21:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)		22:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	10:30 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)	
20:00 - 21:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)		21:00 - 22:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)				
21:00 - 22:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)		22:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)				
22:00 - 24:00 Clase de Zumba GRABACION (Máx 100)						