


# TRX

Es una clase en donde se trabaja en suspensión por medio de un arnés anclado en un punto con correas no elásticas donde puedes trabajar todas las partes del cuerpo, haciendo un trabajo efectivo de fortalecimiento.

**CUPO:** 12 personas por clase

 50 min. por clase

 SIN COSTO

## HORARIOS CLASES

| LUNES   | MARTES       | MIÉRCOLES    | JUEVES       | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|--------------|--------------|--------------|---------|--------|---------|
| <i>POR LA MAÑANA (6:00 a.m - 11:59 a.m.)</i>  |              |              |              |         |        |         |
| 7:00 a.m.                                     | 7:00 a.m.    | 7:00 a.m.    | 7:00 a.m.    |         |        |         |
| Rodrigo                                       | Rodrigo      | Blanca       | Rodrigo      |         |        |         |
| C.F. Salón 2                                  | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 |         |        |         |
| 8:00 a.m.                                     | 8:00 a.m.    | 8:00 a.m.    | 8:00 a.m.    |         |        |         |
| Rodrigo                                       | Rodrigo      | Rodrigo      | Rodrigo      |         |        |         |
| C.F. Salón 2                                  | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 |         |        |         |
| <i>POR LA TARDE (12:00 p.m. - 11:59 p.m.)</i> |              |              |              |         |        |         |
| 7:00 p.m.                                     | 7:00 p.m.    | 7:00 p.m.    | 7:00 p.m.    |         |        |         |
| Mateo   | Karina       | Mateo        | Karina       |         |        |         |
| C.F. Salón 2                                  | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 | C.F. Salón 2 |         |        |         |



**INSTRUCTORES:** Rodrigo y Mateo



**DIRECTORA:** María de Lourdes Medrano Ibarra

**CONTACTO:**



fitness@campestreags.com



449-914-11-57 Ext. 111