

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9:00						
10:00	PILATES SUELO * 9:30 - 10:30	PILATES MÁQUINAS 9:30 - 10:30	PILATES SUELO * 9:30 - 10:30	PILATES MÁQUINAS 9:30 - 10:30		
11:00	PILATES MÁQUINAS 10:30 - 11:30	PILATES SUELO * 10:30 - 11:30	PILATES MÁQUINAS* 10:30 - 11:30	PILATES SUELO 10:30 - 11:30	PILATES MÁQUINAS 10:00 - 11:00	
12:00	PILATES MÁQUINAS* 11:30 - 12:30 PILATES SUELO 11:30 - 12:30	PILATES MÁQUINAS 11:30 - 12:30	PILATES MÁQUINAS 11:30 - 12:30	PILATES MÁQUINAS 11:30 - 12:30		
13:00	PILATES MÁQUINAS 12:30 - 13:30	PILATES MÁQUINAS 12:30 - 13:30	PILATES MÁQUINAS 12:30 - 13:30	PILATES MÁQUINAS 12:30 - 13:30		
14:00						
15:00	PILATES MÁQUINAS 15:00 - 16:00					
16:00	CLASES PRIVADAS 16:00 - 17:00					
17:00	CLASES PRIVADAS 17:00 - 18:00	PILATES MÁQUINAS 17:00 - 18:00	CLASES PRIVADAS 17:00 - 18:00	PILATES MÁQUINAS 17:00 - 18:00		
18:00	PILATES MÁQUINAS 18:00 - 19:00 PILATES SUELO* 18:00 - 19:00	PILATES MÁQUINAS 18:00 - 19:00	PILATES MÁQUINAS 18:00 - 19:00	PILATES MÁQUINAS 18:00 - 19:00	PILATES PARA RUNNING Y TRIATLÓN* 18:00 - 19:00	
19:00	PILATES MÁQUINAS 19:00 - 20:00 PILATES SUELO* 19:00 - 20:00	PILATES MÁQUINAS* 19:00 - 20:00	PILATES MÁQUINAS* 19:00 - 20:00 PILATES SUELO 19:00 - 20:00	PILATES SUELO 19:00 - 20:00 PILATES MÁQUINAS* 19:00 - 20:00		
20:00	PILATES MÁQUINAS 20:00 - 21:00 PILATES SUELO 20:00 - 21:00		PILATES MÁQUINAS 20:00 - 21:00 PILATES SUELO 20:00 - 21:00	PILATES SUELO 20:00 - 21:00		
21:00	PILATES MÁQUINAS 21:00 - 22:00 PILATES SUELO* 21:00 - 22:00	HIIT* 21:00 - 21:30 TRX* 21:30 - 22:00	PILATES MÁQUINAS 21:00 - 22:00	PILATES SUELO* 21:00 - 22:00	HIIT* 21:00 - 21:30 TRX* 21:30 - 22:00	
22:00						

CLASES CON ASTERISCO VERDE \*  
CLASES CON ASTERISCO ROJO \*  
CLASES SIN ASTERISCO

PLAZAS LIBRES  
ÚLTIMAS PLAZAS  
CLASES COMPLETAS

O INFÓRMATE EN:

[pilates@trimad.es](mailto:pilates@trimad.es)

O en Estudio TRIMAD en el Paseo del Marqués de Monistrol nº 3  
28011 - Madrid, junto al Puente de Segovia

911 82 31 87

Pincha en [este enlace](#) si quieres recibir más información

