

F19

BASIC FITNESS

En F19 Basic Fitness puedes disfrutar del mejor y más completo sistema de actividades virtuales. Diviértete a la hora que quieras y olvídate de los horarios.

Todo el equipo de F19 Basic Fitness estamos a tu disposición para lo que necesites, contacta con nosotros en el centro o nos puedes enviar un email a:

moratalaz@f19basicfitness.es

Únete a la tribu F19 Basic Fitness en FACEBOOK, TWITTER, INSTAGRAM, YOUTUBE o en la WEB.



www.f19basicfitness.es

CICLO VIRTUAL

Pedalea con los instructores, sigue sus indicaciones y disfruta del camino. ¿Eres capaz de hacer el entrenamiento cardiovascular perfecto? Escucha con tus auriculares las instrucciones y observa cómo avanza la gráfica de tu sesión.

Cada hora podrás subirte de nuevo a la bici para comenzar una sesión de CICLO tan intensa como tú desees.

**Sin prisas, sin agobios, a tu ritmo, cuando quieras.
TUS ACTIVIDADES VIRTUALES FAVORITAS EN F19
BASIC FITNESS**

WALKING VIRTUAL

Conecta los auriculares, súbete a la elíptica y disfruta de las mejores clases virtuales de WALKING. Pon tu corazón en marcha mientras sigues las instrucciones de los instructores que te guiarán a través de la pantalla.

Esta actividad aeróbica te permitirá mejorar tu condición física a la par que te diviertes. Cada hora tienes una nueva oportunidad para comenzar un nuevo y desafiante entrenamiento de WALKING.

Sin prisas, sin agobios, a tu ritmo, cuando quieras.
**TUS ACTIVIDADES VIRTUALES FAVORITAS EN F19
BASIC FITNESS.**

ACTIVIDADES VIRTUALES

¿Alguna vez habías pensado que sería posible ir al gimnasio y hacer la actividad que te apetezca? ¡En F19 BASIC FITNESS es posible! Ponemos a tu disposición una sala de actividades dirigidas donde, llegues a la hora que llegues, podrás conectar el sistema Wexer y realizar la actividad que más te apetezca entre cientos de posibilidades.

En la pantalla podrás reproducir y seguir las instrucciones para poder practicar tu actividad favorita. Podrás elegir entre disciplinas cardio, de tonificación y cuerpo-mente. Tu lugar, tu momento, tus sensaciones... lo que quieras y cuando quieras.

**Sin prisas, sin agobios, a tu ritmo, cuando quieras.
TUS ACTIVIDADES VIRTUALES FAVORITAS EN F19
BASIC FITNESS.**



F19
BASIC FITNESS

Moratalaz

*DONDE
ESTAMOS*

Dirección:

*Calle del Arroyo de
la Media Legua , 29.
Moratalaz—Madrid.*

Horario:

Apertura:

*Todos los días
de 6:00h. a 24:00.*

Atención al público:

*L, X y V: de 9:00 a 11:00.
M y J: de 13:00 a 15:00.
L-V: de 17:00 a 21:00.*

*Para cualquier duda puedes
escribirnos al siguiente email:
moratalaz@f19basicfitness.es*



www.f19basicfitness.es