BAKH FITNESS — NOVIEMBRE 2026

	Aretoa	Astelehena	Asteartea	Asteazkena	Osteguna	Ostirala	Larunbata	Igandea
	Sala	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7:15 - 8:05	Cycling	Cycling	Cycling Virtual	Cycling	Cycling Virtual	Cycling		
	Cross	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING		CROSSTRAINING		
	Boxing		FitBoxing		FitBoxing			
	1		Entrenamiento Funcional		Entrenamiento Funcional			
	2	Body PUMP Virtual		Body PUMP Virtual		Body PUMP Virtual		
8:00 - 8:45	Piscina		AQUA Fitness		AQUA Fitness			
8:15 - 8:45	1	FULLBODY 30'		FULLBODY 30'				
8:15 - 8:45	2		Body PUMP Virtual		Body PUMP Virtual			
8:30 - 9:25	Corpore		Espalda Sana-Gravity		Espalda Sana-Gravity			
8:30 - 9:20	Cross	HYROX		HYROX		HYROX		
9:00 - 9:25	1					Funcional Express		
9:30 - 10:15	Piscina	AQUA Fitness		AQUA Fitness		AQUA Fitness		
9:30 - 10:30	1	Body PUMP	Body COMBAT	Body BALANCE	STEP TRAINING	Less Mills Dance		
	Corpore	Espalda Sana-Gravity	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity		
	Boxing	FitBoxing		FitBoxing		FitBoxing		
	2	Body BALANCE	Entrenamiento Funcional	Body PUMP	Entrenamiento Funcional			
	Cross	ENDURANCE	CROSSTRAINING	ENDURANCE	CROSSTRAINING	ENDURANCE		
	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling		
9:15 - 10:15	Cycling						Cycling Virtual	Cycling Virtual
10:15 - 11:15	1						Actividad Dirigida	Actividad Dirigida
10:30 - 11:10	Piscina	AQUA Balance		AQUA Balance				
10:30 - 11:25	Corpore	Espalda Sana-Gravity	Espalda Sana-Gravity	Espalda Sana-Gravity	Espalda Sana-Gravity			
	Cross	CALISTENIA	HYROX	CALISTENIA	HYROX	HYROX		
	1	GAP	Body PUMP	Entrenamiento Funcional	Body PUMP	Entrenamiento Funcional		
	2					Body BALANCE		
	Cycling	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual		
11:00 - 11:30	1							
11:20 - 12:10	Cycling						Cycling	Cycling
11:30 - 12:25	Calis					CALISTENIA		
11:35 - 12:25	1	Movilidad Articular		Movilidad Articular				
11:35 - 12:25	2					Body PUMP Virtual	Body PUMP Virtual	Body PUMP Virtual
11:45 - 12:35	1		Senior Fit		Senior Fit			
11:45 - 12:35	Cycling		Cycling Virtual		Cycling Virtual			
12:15 - 13:00	Piscina						AQUA Fitness	
12:35 - 13:35	2						Body BALANCE Virtual	Body BALANCE Virtual
13:15 - 14:10	Cycling	Cycling Virtual		Cycling Virtual		Cycling Virtual		
13:45 - 14:15	1		HIIT Core		HIIT Core			
13:45 - 14:35	2	Funcional HIIT		Funcional HIIT		Funcional HIIT		
14:15 - 15:00	Cycling	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual		
14:35 - 15:25	Calis					Calistenia		
15:00 - 15:45	1		Entrenamiento Funcional		Entrenamiento Funcional			
15:30 - 16:25	2		Body PUMP Virtual		Body PUMP Virtual			
15:30 - 16:25	1	Entrenamiento Funcional		Entrenamiento Funcional		G.A.P		
15:30 - 16:25	Cycling	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual	Cycling Virtual		
	Corpore	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity	HIIT-Gravity		
15:45 - 16:45	Cross	ENDURANCE	CALISTENIA	ENDURANCE	CALISTENIA	HYROX		
17:30 - 18:25	1	Entrenamiento Funcional	Body PUMP	Entrenamiento Funcional	Body PUMP			
	2	Body PUMP	G.A.P	Body PUMP Virtual	G.A.P	Body PUMP Virtual	Body PUMP Virtual	Body BALANCE Virtual
	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling		Cycling Virtual	Cycling Virtual
	Cross	CALISTENIA	CROSSTRAINING	CALISTENIA	CROSSTRAINING	CALISTENIA		
	Boxing	FitBoxing		FitBoxing				
	Corpore	Gravity-Pilates	Espalda Sana-Gravity	Gravity-Pilates	Espalda Sana-Gravity			
17:45 - 18:45	Hall	Running Bakh Iniciación		Running Bakh Iniciación				
18:00 - 18:50	Boxing					FitBoxing		
18:00 - 18:50	Cycling					Cycling		
18:30 - 19:25	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling	Cycling			
	1	Body BALANCE	Body BALANCE	Body COMBAT	Body BALANCE			
	2		Body JAM		Body JAM	Body BALANCE Virtual		
	Cross	HYROX	CALISTENIA	HYROX	CALISTENIA			
	Boxing		FitBoxing		FitBoxing			
	Corpore	Espalda Sana-Gravity	Gravity-Pilates	Espalda Sana-Gravity	Gravity-Pilates			
18:45 - 19:45	Hall	Running Bakh Medios / Avanzados		Running Bakh Medios / Avanzados				
18:45 - 19:15	2	Reto HIIT		Reto HIIT		HIIT Core 30'		
19:00 - 19:50	Cross					HYROX		
19:30 - 20:00	Fitboxing / 2	Core		Core			Body BALANCE Virtual	Body BALANCE Virtual
19:30 - 20:30	1	Body COMBAT				Entrenamiento Funcional		
19:30 - 20:25	Corpore	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity	HIIT-Gravity	Espalda Sana-Gravity			
19:30- 20:00	Cycling	Cycling 30'	Cycling Virtual	Cycling 30'	Cycling Virtual	Cycling Virtual		
19:30 - 20:15	5	Mindfulness						
19:30 - 20:30	2	Bakh Dance		Less Mills Dance		Bakh Dance		
19:45 - 20:45	1		Body PUMP		Body PUMP			
19:45 - 20:45	2		Body BALANCE		Body BALANCE			
20:00 - 20:45	Piscina		AQUA Fitness		AQUA Fitness			
20:00 - 20:45	Cross		CALISTENIA		CALISTENIA			
20:30 - 21:30	2	Body BALANCE Virtual		Body BALANCE Virtual		Body BALANCE Virtual		
21:45 - 22:35	Cycling		Cycling Virtual		Cycling Virtual			

TONIFICACIÓN MUSCULAR	RESISTENCIA	CLASES EXPRESS 30'	CUERPO - MENTE	CARDIOVASCULARES	BAILE Y COREOGRAFÍA	CORPORE SANO
Funcional HIIT	Funcional HIIT	HIIT Core	Movilidad Articular	Cycling	Body JAM	Espalda Sana-Gravity
Entrenamiento Funcional	Reto HIIT	Core	Body BALANCE	Cycling 30'	Les Mills Dance	Gravity-Pilates
Movilidad Articular	Step Trainine	Fullbody	AQUA Balance	Cycling Virtual	Bakh Dance	HIIT-Gravity
Body COMBAT	Body COMBAT	Funcional Express	Mindfulness	Fitboxing	Mix Latinos	
Body PUMP	Body PUMP	Cycling 30'	Body BALANCE Virtual	Step		*CLASES CON TARIFA ADICIONAL*
G.A.P.	FitBoxing			Les Mills Dance		
CrossTraining	CrossTraining	Running Bakh		Body JAM		
Endurance	Endurance			Body COMBAT		
Core	Calistenia	HYROX				
Body PUMP Virtual	Body PUMP Virtual					
Body COMBAT Virtual	Body COMBAT Virtual	AQUA				

BAKH, CIUDAD DEPORTIVA DE BASKONIA Y ALAVÉS

SOCIO BAKH - SOCIO BÁSICO

Zona Social · Piscinas Interiores · Piscinas Exteriores · Pista de Hielo · Restaurante

SOCIO BAKH - MODALIDADES EXTRA

SOCIO BAKH FITNESS
Actividades Dirigidas
Sala fitness

SOCIO BAKH PREMIUM
Actividades Dirigidas
Vestuario Premium
Sala fitness
Spa

DESCUENTOS BAKH
Todas las modalidades de Socios:
Descuentos en Fisioterapia
Modalidades Pádel, Raqueta y Todo Incluido:
Descuentos en alquiler de pistas y cursos.

SOCIO BAKH PÁDEL
Pádel
Plazo de reserva: 15 días +1 día/mes

SOCIO BAKH
Pádel
Spa
Parking
Plazo de reserva: 15 días +1 día/mes
4 primeros partidos/mes Gratis

SOCIO BAKH TODO INCLUIDO

Actividades Dirigidas · Sala fitness · Cycling · Spa · Parking · Pádel · Toalla Diaria

HORARIO BAKH

LUNES - VIERNES: 07:00 - 23:00
SÁBADOS - DOMINGOS Y FESTIVOS: 09:00 - 22:00

ACCEDE A TU PERFIL Y GESTIONA TUS RESERVAS EN: **bakh.deporsite.net**

POTENCIA TU EXPERIENCIA EN BAKH

ENTRENAMIENTOS PERSONALES

***Consulta toda la información que necesites con nuestro personal de BAKH y en la web www.bakh.es**