



FLORIDA ATLANTIC UNIVERSITY

CAMPUS RECREATION | BOCA RATON CAMPUS

8/21 TO 12/13

GROUP FITNESS CLASS LINEUP

SUNDAY

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

6:30 A.M.

7 A.M.

7:30 A.M.

9 A.M.

11 A.M.

11:30 A.M.

NOON

12:30 P.M.

1 P.M.

4 P.M.

4:30 P.M.

5 P.M.

5:30 P.M.

5:45 P.M.

6 P.M.

6:30 P.M.

6:45 P.M.

7 P.M.

7:30 P.M.

8 P.M.

CYCLE

45 min.

Karla

YOGA

60 min. | Lexi

HIIT

30 min. | Brittany

CORE

20 min. | Brittany

YOGA

60 min.

Christine

CYCLE

45 min.

Brittany

PILATES

50 min.

Anne

HIIT

30 min. | Mia

CORE

20 min. | Mia

YOGA

50 min.

Kristen

HIIT

30 min. | Mia

CORE

20 min. | Mia

PILATES

50 min.

Sam

ZUMBA®

50 min.

Corenne

BOOTCAMP

50 min.

Elijah

YOGA

60 min. | Kristen

ZUMBA®

50 min.

Megan

STRENGTH

45 min.

Damien

CYCLE

45 min.

Ashley C.

YOGA

60 min. | Lexi

STRENGTH

45 min.

Micheal

YOGA

55 min.

Daniela

STRONG BY

ZUMBA®

50 min.

Jamie

PILATES

50 min.

Megan

TRX®

45 min.

Lindsay

YOGA

60 min.

Derek

CYCLE

45 min.

Katie

TRX®

50 min.

Nicole

HITT

30 min.

Mia

PILATES

50 min.

Megan

HIIT

30 min.

Mia

STRENGTH

50 min.

Micheal

PILATES

(5:15) 60 min.

Sam

CYCLE

(5:15) 45 min.

Katie

CORE

20 min.

Mia

CORE

20 min. | Mia

CYCLE

45 min.

Ashley C.

BOOTCAMP

(5:45) 50 min.

DJ

ZUMBA®

50 min.

Karla

YOGA

60 min.

Lexi

ZUMBA®

50 min.

Megan

ZUMBA®

50 min.

Corenne

TRX®

50 min.

Ashley S.

BOOTCAMP

(6:15) 50 min.

DJ

CYCLE

(6:45) 45 min.

Katie

CYCLE

45 min.

Karla

HIIT

30 min. | Ashley

CYCLE (6:45)

45 min. | Ashley C.

STRENGTH

50 min.

Katie

STRENGTH

50 min.

Damien

ZUMBA®

50 min.

Megan

CORE

20 min.

Ashley

DANCE FUSION

50 min. | Lee

YOGA II

75 min. | Rita

YOGA

60 min. | Rita

YOGA

60 min. | Rita

SCHEDULE IS SUBJECT TO CHANGE | NO CLASSES ON UNIVERSITY HOLIDAYS



STRENGTH
& CORE



CYCLING



CARDIO &
STRENGTH
FUSION



DANCE



MIND
& BODY