



FLORIDA ATLANTIC UNIVERSITY

CAMPUS RECREATION | BOCA RATON CAMPUS

1/8 TO 5/2

GROUP FITNESS CLASS LINEUP

	SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
6:30 AM		BOOTCAMP 50 min. Elijah	CYCLE 45 min. Katie	HIIT 30 min. Aubree	CYCLE 45 min. Paige		
7 AM				CORE 30 min. Aubree			
7:30 AM		YOGA 60 min. Lexi			YOGA 60 min. Lexi		
9 AM			YOGA 60 min. Adriana	PILATES 60 min. Lexi		PILATES 50 min. Megan	
11 AM		HIIT 30 min. Brittany	PILATES 50 min. Lexi	YOGA 50 min. Lexi	HIIT 30 min. Megan	STRENGTH 45 min. Pedro	YOGA 60 min. Kristen
11:30 AM		CORE 20 min. Brittany		STRETCH 30 min. DJ	CORE 20 min. Megan		
NOON		YOGA 60 min. Christine	STRENGTH 45 min. DJ	TRX® 45 min. Lindsay	YOGA 60 min. Kristen	STRETCH 30 min. Pedro	
		STRETCH 30 min. Damien				CYCLE 45 min. Katie	
1 PM		CYCLE 45 min. Brittany	YOGA 50 min. Derek	CYCLE 45 min. Paige		YOGA 60 min. Derek	
4PM		STRONG BY ZUMBA® 50 min. Jamie	ZUMBA® 50 min. Corenne		CYCLE 45 min. Ashley		
4:30 PM		PILATES 50 min. Anne		HIIT 30 min. Mia	TRX® 50 min. Nicole	STRONG BY ZUMBA® 50 min. Jamie	
5 PM			STRENGTH 50 min. Katie	CORE 20 min. Mia			
5:30 PM	ZUMBA® 50 min. Megan	LOWER STRENGTH 40 min. Mia	CYCLE 45 min. Paige	PILATES 50 min. Megan	ZUMBA® 50 min. Pamela	YOGA 60 min. Adriana	
5:45 PM		CYCLE 45 min. Katie	BOOTCAMP 50 min. Damien	BOOTCAMP 50 min. Elijah	CYCLE 45 min. Katie		
6 PM		BOOTCAMP 50 min. DJ	TRX® 50 min. Ashley S.		BOOTCAMP 50 min. DJ		
6:15 PM		UPPER STRENGTH 40 min. Mia					
6:30 PM	YOGA 60 min. Adriana			LOWER STRENGTH 40 min. Damien			
6:45 PM				CYCLE 45 min. Karla	HIIT 30 min. Katie		
7 PM		ZUMBA® 50 min. Megan	ZUMBA® 50 min. Jamie				
7:15 PM		CYCLE 45 min. Karla	CYCLE 45 min. Ashley	UPPER STRENGTH 40 min. Damien	CORE 20 min. Katie		
7:45 PM					YOGA II 75 min. Rita		
8 PM		YOGA 60 min. Rita	YOGA 60 min. Rita	ZUMBA® 50 min. Pamela			

SCHEDULE IS SUBJECT TO CHANGE | NO CLASSES ON UNIVERSITY HOLIDAYS



STRENGTH
& CORE



CYCLING



CARDIO &
STRENGTH
FUSION



DANCE



MIND
& BODY