

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES

Vàlid a partir del 9 de setembre de 2019

INICI	FI	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:00h	8:55h	SALA 1	PILATES	CTC	ZUMBA FITNESS	CORE / ESTIR.	
8:00h	8:45h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
9:00h	9:55h	SALA 1	ZUMBA FITNESS	BODYPUMP	BALANCE	GAC	ZUMBA FITNESS
9:00h	9:55h	SALA 2	GIM. SUAU	GIM. SUAU	GIM. SUAU	GIM. SUAU	GIM. SUAU
9:00h	9:45h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM
9:10h	9:55h	S. CYCLING	CYCLING	CyclingVIRTUAL	CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
10:00h	10:55h	SALA 1	BODYPUMP	ESTIRAMENTS	ZUMBA FITNESS	ESTIRAMENTS	PILATES
10:00h	10:15h	FITNESS	HIOPRESSIUS	ABDOMINALS	HIOPRESSIUS	ABDOMINALS	
10:00h	10:55h	SALA 2	GIM. SUAU	REHABILITACIÓ*	GIM. SUAU	REHABILITACIÓ*	GIM. SUAU
10:00h	10:45h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
10:10h	10:55h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
11:00h	11:55h	SALA 1	PILATES	CTC	PILATES	ZUMBA FITNESS	
11:00h	11:15h	FITNESS	ABDOMINALS	FUNCIONAL	HIOPRESSIUS	FUNCIONAL	
11:15h	12:00h	PISCINA	AIGUASALUT*	AIGUASALUT*	AIGUASALUT*	AIGUASALUT*	
11:30h	12:15h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
14:00h	14:45h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL		
15:00h	15:55h	SALA 1	ZUMBA FITNESS		CTC		
15:00h	15:45h	S. CYCLING		CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL	
16:00h	16:45h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
17:00h	17:55h	SALA 1	GAC		CTC	TONIFICACIÓ	
17:00h	17:55h	SALA 2		BALANCE			
17:15h	18:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
18:00h	18:55h	SALA 1	BODYPUMP	FITDANCE	ZUMBA FITNESS	BODYPUMP	FITDANCE
18:00h	18:55h	SALA 2	CTC	CTC	BOOY COMBAT	BALANCE	
18:15h	19:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CYCLING
18:20h	18:35h	FITNESS	ABDOMINALS	ABDOMINALS	ABDOMINALS	ABDOMINALS	
19:00h	19:55h	SALA 1	ZUMBA FITNESS	BODYPUMP	PILATES	ZUMBA FITNESS	BODYPUMP
19:00h	19:55h	SALA 2	BOOY COMBAT	GAC	STEP		
19:00h	19:15h	FITNESS	ABDOMINALS	FUNCIONAL	ABDOMINALS	FUNCIONAL	
19:15h	20:00h	S. CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CyclingVIRTUAL
20:00h	20:55h	SALA 1	PILATES	EXTREMFIT		EXTREMFIT	
20:00h	20:55h	SALA 2		BALANCE	TONIFICACIÓ		
20:00h	20:15h	FITNESS	FUNCIONAL	ABDOMINALS	ABDOMINALS	ABDOMINALS	
20:15h	21:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL		
20:30h	21:15h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	

*Activitats NO Incloses a la quota

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES CAP DE SETMANA

INICI	FI	ESPAI	DISSABTE	DIUMENGE
10:00h	11:00h	SALA 1	BODYPUMP	
10:15h	11:00h	S. CYCLING		CyclingVIRTUAL
11:15h	12:00h	S. CYCLING	CYCLING	CyclingVIRTUAL
11:00h	11:45h	PISCINA	AIGUAGIM	AIGUAGIM
12:15h	13:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
17:15h	18:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	
18:15h	19:00h	S. CYCLING	CyclingVIRTUAL	

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat material de substitució o qualsevol altre raó aliena al centre.