

			DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28	DISSABTES 29	DIUMENGE 30
INICI	FINAL	ESPAI	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT

MATÍ

8:15	9:00	SALA 2	GRIT SERIES			BALANCE			
8:15	9:00	SALA 1	CYCLING VIRTUAL				CYCLING VIRTUAL		
9:00	11:00	EXT.							
9:15	10:10	SALA 2	SH'BAM			STEP	BODYPUMP		
9:15	10:00	SALA 1	CYCLING			CYCLING			
9:15	10:00	PISCINA	AIGUAGIM				AIGUAGIM		
9:30	10:15	SALA 2						EXTREM FIT	
9:30	10:15	SALA 1							CYCLING VIRTUAL
10:15	11:10	SALA 2	BODYPUMP			PILATES	ZUMBA		
10:15	11:00	SALA 1						CYCLING	
10:15	11:00	PISCINA				AIGUAGIM		AIGUAGIM	
11:00	11:30	SALA 2						HIIT	
11:15	11:30	FITNESS	ESCOLA D'ESQUENA						
11:15	12:10	SALA 2				IOGA			
11:30	11:45	SALA 2						ABDOMINAL	
11:30	13:00	PISCINA							AQUAFAMILIA

MIGDIA

13:30	14:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL			
14:30	15:15	SALA 1					CYCLING VIRTUAL		
15:15	16:00	SALA 1				CYCLING VIRTUAL			

TARDA

Q. INFANTIL. Els abonats majors de 14 anys poden accedir a les activitats de les 18:30h. Demana l'autorització a la recepció.

17:30	18:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL			
17:30	18:15	SALA 2					EXTREM FIT		
18:00	18:30	SALA 2				HIPOPRESSIU			
18:00	18:45	SALA 2					ZUMBA		
18:15	19:00	SALA 1					CYCLING VIRTUAL		
18:30	19:15	SALA 1				CYCLING			
18:30	19:25	SALA 2				CTC			
18:45	19:30	SALA 2					BODYPUMP		
19:15	19:30	FITNESS				ABDOMINALS			
19:20	20:05	PISCINA				AIGUAGIM			
19:30	20:15	SALA 1				CYCLING	CYCLING		
19:30	20:25	SALA 2				GAC	PILATES		
20:30	21:25	SALA 2				PILATES ADV.			
20:30	21:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL			

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

			DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4	DISSABTES 5	DIUMENGE 6
INICI	FINAL	ESPAI	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT	ACTIVITAT

MATÍ

8:15	9:00	SALA 2	GRIT SERIES		BODYPUMP	BALANCE			
8:15	9:00	SALA 1	CYCLING VIRTUAL		CYCLING		CYCLING		
9:15	10:10	SALA 2	SH'BAM		ZUMBA	STEP	BODYPUMP		
9:15	10:00	SALA 1	CYCLING			CYCLING			
9:15	10:00	PISCINA	AIGUAGIM		AIGUAGIM		AIGUAGIM		
9:30	10:15	SALA 2						EXTREM FIT	
9:30	10:15	SALA 1							CYCLING VIRTUAL
10:15	11:10	SALA 2	BODYPUMP			GIM SUAU	PILATES	ZUMBA	
10:15	11:00	SALA 1			CYCLING				CYCLING VIRTUAL
10:15	11:00	PISCINA				AIGUAGIM		AIGUAGIM	
11:00	11:30	SALA 2						HIIT	
11:15	11:30	FITNESS	ESCOLA D'ESQUENA		ABDOMINALS				
11:15	12:10	SALA 2					IOGA		
11:30	11:45	FITNESS			ESCOLA D'ESQUENA				
11:30	11:45	SALA 2						ABDOMINAL	
11:30	13:00	PISCINA							AQUAFAMILIA

MIGDIA

13:30	14:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL			
14:30	15:15	SALA 1			CYCLING VIRTUAL		CYCLING		
15:15	16:00	SALA 1			CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		

TARDA

Q. INFANTIL. Els abonats majors de 14 anys poden accedir a les activitats de les 18:30h. Demana l'autorització a la recepció.

17:30	18:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
17:30	18:15	SALA 2					EXTREM FIT		
18:00	18:30	SALA 2				GRIT SERIES	HIPOPRESSIU		
18:00	18:45	SALA 2					ZUMBA		
18:15	19:00	SALA 1				CYCLING		CYCLING VIRTUAL	
18:15	19:00	EXT.				CLUB TRIATLO			
18:30	19:15	SALA 1					CYCLING		
18:30	19:25	SALA 2				BODYPUMP	CTC		
18:45	19:30	SALA 2					BODYPUMP		
19:10	19:55	SALA 1				CYCLING			
19:15	19:30	FITNESS							
19:20	20:05	PISCINA					AIGUAGIM		
19:30	20:15	SALA 1					CYCLING	CYCLING	
19:30	20:25	SALA 2				SH'BAM	GAC	PILATES	
20:00	20:45	PISCINA				AIGUAGIM			
20:30	21:25	SALA 2				BODYPUMP	PILATES ADV.		
20:30	21:15	SALA 1				CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		

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