

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES		
INICI	SALA	ACTIVITAT	SALA	ACTIVITAT	SALA	ACTIVITAT	SALA	ACTIVITAT	SALA	ACTIVITAT	INICI
9:30	SUP 1	BODY PUMP	SUP 1	TBC	F	CICLO INDOOR	SUP 1	BODY STRONG	SUP 1	BODY PUMP	9:30
10:30	SUP 1	BODY-MIND	SUP 1	PILATES	SUP 1	BODY STRONG	SUP 1	ZUMBA	SUP 2	IOGA	10:30
15:15	SUP 1	BODY PUMP	F	CICLO INDOOR	SUP 1	ZUMBA	SUP 1	HIIT	SUP 1	GAC	15:15
17:30	INF.T	FUNKY 6 a 9 a. Iniciació	SUP1	FUNKY 9 a 12 a.Nivell I	INF.T	FUNKY 6 a 9 a. iniciació	SUP 1	FUNKY 9 a 12 a.Nivell I	SUP 1	KIDS P3-P4	17:30
				SUP 2		BODY COMBAT		SUP 2		BODY PUMP	
				INF.T		TAEKWONDO 6 a 8 a.		INF.T		TAEKWONDO 6 a 8 a.	
18:00	SUP 2	TBC			SUP 2	TBC			SUP 2	GAC	18:00
					SUP 1	PILATES					
18:15	SUP 1	BODY STRONG 45'									18:15
18:30	F	CICLO INDOOR	SUP 2	FUNKY 9 a 12 a.Nivell II	F	CICLO INDOOR	SUP 2	FUNKY 9 a 12 a.Nivell II	F	CICLO INDOOR	18:30
			INF.T	TAEKWONDO 9 a 11 a.			INF.T	TAEKWONDO 9 a 11 a.			
			SUP 1	ZUMBA +14			SUP 1	ZUMBA +14			
19:00	SUP 2	TONO-STEP+14			SUP 1	HIIT			SUP 1	BODY STRONG	19:00
	SUP 1	GAC			SUP 2	BODY STRONG					
19:30			SUP 2	HIP HOP 13 a 16 a	SUP 2	HIIT	SUP 2	HIP HOP 13 a 16 a.	SUP 2	HIIT	19:30
			INF.T	TAEKWONDO 12 a 14 a.			INF.T	TAEKWONDO 12 a 14 a.			
			SUP 1	BODY STRONG EXPRESS 30'			SUP 2	ABD EXPRESS 30'			
20:00	SUP 1	ZUMBA			SUP 2	ZUMBA			SUP 2	ZUMBA	20:00
	SUP 2	BODY STRONG			SUP 1	TBC			SUP 1	TBC	
20:30	INF.T	AIKIDO	INF.T	TAEKWONDO +15 a	INF.T	AIKIDO	INF.T	TAEKWONDO +15 a	INF.T	TAEKWONDO +15 a	20:30
21:00	SUP 1	PILATES			SUP 1	PILATES					21:00

TIPOLOGIA ACTIVITAT
CARDIO
TONO
COS I MENT
ARTS MARCIALS
INFANTIL

SALA	
PLANTA 2	SUP 2
PLANTA 1	SUP 1
INFERIOR TATAMI	INF.T
FITNESS	F

TÈCNIC DE SALA DE FITNESS
Dilluns: De 10h a 14h i de 17h a 19:30h i 20:30h a 21h
Dimarts: De 14h a 18:30h i de 20 a 21:30 h
Dimecres: De 10h a 14h i de 17h a 19:30h i 20:30h a 21h
Dijous: De 14h a 18:30h i de 20 a 21:30 h
Divendres: De 13h a 19 h.

La direcció es reserva el dret a modificar les activitats i l'horari en funció de l'oferta i la demanda.