

PROGRAMA ACTIVITATS DIRIGIDES

VÀLID DEL 1 D'ABRIL AL 31 JULIOL 2019

INICI	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES		INICI
	ACTIVATAT	SALA	ACTIVATAT	SALA	ACTIVATAT	SALA	ACTIVATAT	SALA	ACTIVATAT	SALA	
9:30	PILATES I	SUP	ZUMBA	INF	STEP	INF	GAC	INF	BODY PUMP	INF	9:30
			CICLO INDOOR	SUP			CICLO INDOOR	SUP			
10:30	GAC	INF	TBC	SUP	BODY PUMP	INF	PILATES I	SUP	ZUMBA	INF	10:30
11:15	PURE STRETCHING'15	INF			PURE STRETCHING'15	INF			PURE STRETCHING'15	INF	11:15
15:15	STEP	INF	BODY PUMP	INF	ABD+PURE STRETCHING	SUP	ZUMBA	INF	BODY PUMP	INF	15:15
16:20	BODY MIND	SUP			BODY MIND	SUP			BODY MIND	SUP	16:20
17:30	FUNKY 6-7a		HIP HOP 10-13a		FUNKY 6-7a		BODY STRONG	INF	FUNKY 6-10a		17:30
							HIP HOP 10-13a				
18:30	PILATES	SUP	BODY PUMP	INF	PILATES	SUP	GAC	INF	HIP HOP 10-16a		18:30
	HIP HOP 8-10a		HIP HOP 14-16a		HIP HOP 8-10a		HIP HOP 14-16a				
19:30	CICLO INDOOR	SUP	PILATES	SUP	CICLO INDOOR	SUP	PILATES	SUP			19:30
	ZUMBA	INF	STEP	INF	BODY PUMP	INF	TBC	INF	BODY PUMP	INF	
20:30	BODY PUMP	INF	GAC	SUP	ZUMBA	INF	BODY COMBAT	SUP	IOGA	SUP	20:30
	PURE STRETCHING'30	SUP			BODY MIND	SUP					
21:00	IOGA	SUP									21:00
21:30							PURE STRETCHING'30	SUP			21:30

TIPOLOGIA ACTIVITAT
INFANTIL
CARDIO
TONO
COS I MENT

SALA
SUPERIOR
INFERIOR

TÈCNIC DE SALA DE FITNESS
Dilluns: de 09:15 a 12:15 i de 17:30 a 20:30 h.
Dimarts: de 09:15 a 11:15 i de 16:30 a 19:30h
Dimecres: de 09:15 a 12:15 i de 17:30 a 19:30h
Dijous: de 09:15a 11:15 i de 16:30 a 19:30h
Divendres: de 09:15 a 11:15 i de 18:30 a 19:30h

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