

9 març 2020

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE	SALA	INICI	FINAL
07:15	08:10	1	BODYPUMP		MTG		BODYPUMP			1	07:15	08:10
07:15	08:00	CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				CI	07:15	08:00
09:30	10:25	1	BODYPUMP	ZUMBA	TONO GUIERA	BODYCOMBAT	ZUMBA			1	09:30	10:25
09:30	10:25	2	GIM POSTURAL 30'	MTG						2	09:30	10:25
09:30	10:25	3		HATHA IOGA		HATHA IOGA	HATHA IOGA			3	09:30	10:25
09:30	10:15	P	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			P	09:30	10:15
09:50	10:20	3 / 2	ESTIRAMENTS 30'		ESTIRAMENTS 30'	CORE TRAINING				3 / 2	09:50	10:20
10:00	10:25	2	PILATES BASIC 30'							2	10:00	10:25
10:00	10:45	CI						CICLO INDOOR		CI	10:00	10:45
10:00	10:55	1						BODYCOMBAT		1	10:00	10:55
10:30	11:25	1	BODYCOMBAT	BODYCOMBAT	ZUMBA	BODYPUMP				1	10:30	11:25
10:30	11:25	2	GIM SUAU		GIM SUAU					2	10:30	11:25
10:30	11:25	3		POWER IOGA		VINYASA IOGA	VINYASA IOGA			3	10:30	11:25
10:45	11:30	CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR			CI	10:45	11:30
10:55	11:40	CI						CICLO INDOOR		CI	10:55	11:40
11:00	11:55	1						ESTIRAMENTS 55'		1	11:00	11:55
12:00	12:55	1						BODYPUMP		1	12:00	12:55
14:00	14:45	CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					CI	14:00	14:45
14:25	15:10	CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				CI	14:25	15:10
14:25	15:20	1 / 3	BODYPUMP	POWER IOGA		HATHA IOGA	BOOT CAMP			1 / 3	14:25	15:20
15:25	16:20	1	ZUMBA	G C 30'	ZUMBA	BODYPUMP				1	15:25	16:20
15:30	16:15	P		AIGUAGIM		AIGUAGIM				P	15:30	16:15
15:55	16:20	1		CORE TRAINING						1	15:55	16:20
17:00	17:25	1	PILATES BASIC 30'		ESTIRAMENTS 30'					1	17:00	17:25
17:30	18:15	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR				CI	17:30	18:15
17:30	18:25	1			ZUMBA					1	17:30	18:25
17:30	18:25	3					POWER IOGA			3	17:30	18:25
18:00	18:55	1	TONO GUIERA	G C 30'		ZUMBA				1	18:00	18:55
18:00	18:55	3 / 2		HATHA IOGA		GIM POSTURAL 30'				3 / 2	18:00	18:55
18:25	19:10	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR			CI	18:25	19:10
18:30	18:55	1 / 2		CORE TRAINING		PILATES BASIC 30'				1 / 2	18:30	18:55
18:30	19:25	1					BODYCOMBAT			1	18:30	19:25
18:30	19:25	3					HATHA IOGA			3	18:30	19:25
19:00	19:25	1			PILATES BASIC 30'					1	19:00	19:25
19:00	19:55	1	BODYCOMBAT	BODYPUMP		TONO GUIERA				1	19:00	19:55
19:00	19:55	2	BODYCOMBAT	STEP	MTG	ESTIRAMENTS 55'				2	19:00	19:55
19:00	19:55	3		POWER IOGA						3	19:00	19:55
19:20	20:05	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR			CI	19:20	20:05
19:30	20:25	1	BODYPUMP		BODYPUMP		BODYPUMP			1	19:30	20:25
19:30	20:15	P		AIGUAGIM		AIGUAGIM				P	19:30	20:15
20:00	20:55	1		BODYCOMBAT		BODYPUMP				1	20:00	20:55
20:00	20:25	2	CORE TRAINING		CORE TRAINING	PILATES BASIC 30'				2	20:00	20:25
20:00	20:55	2		ZUMBA						2	20:00	20:55
20:00	20:45	P	AIGUAGIM							P	20:00	20:45
20:15	21:00	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR				CI	20:15	21:00
20:30	20:55	2			ESTIRAMENTS 30'					2	20:30	20:55
21:00	21:55	1 / 3	BODYPUMP	HATHA IOGA						1 / 3	21:00	21:55
21:10	21:55	CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				CI	21:10	21:55

Durant les vacances escolars (Nadal, Setmana Santa, juny, juliol i agost) i per necessitats de la instal·lació aquest horari podrà ser reduït o modificat.

SESSIONS VIRTUALS

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE	SALA	INICI	FINAL
07:15	08:00	2	VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR					2	07:15	08:00
07:15	07:40	2	TONIFICACIÓ 25'	PILATES 25'	TONIFICACIÓ 25'	CARDIO 45'	ESTIRAMENTS 25'			2	07:15	07:40
07:40	08:10	2	CORE 25'	TONIFICACIÓ 25'	ESTIRAMENTS 25'		TONIFICACIÓ 25'			2	07:40	08:10
08:10	08:55	CI	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR		CI	08:10	08:55
08:15	09:00	2					POWER BODY 45'	TONIFICACIÓ 45'		2	08:15	09:00
09:00	09:25	2					PILATES 25'			2	09:00	09:25
09:10	09:55	CI	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	CI	09:10	09:55
10:00	10:45	CI							VT CICLO INDOOR	CI	10:00	10:45
10:45	11:30	CI		VT CICLO INDOOR						CI	10:45	11:30
10:55	11:40	CI						VT CICLO INDOOR		CI	10:55	11:40
11:45	12:30	2					POWER BODY 45'			2	11:45	12:30
12:45	13:30	CI	VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR	CI	12:45	13:30
13:00	13:45	2	PILATES 25'	POWER BODY 45'	CORE 25'	CARDIO 45'	ESTIRAMENTS 25'	CARDIO 45'		2	13:00	13:45
13:25	13:50	2	CORE 25'		PILATES 25'		TONIFICACIÓ 25'		PILATES 25'	2	13:25	13:50
13:50	14:15	2							CORE 25'	2	13:50	14:15
15:30	16:00	2						PILATES 25'		2	15:30	16:00
16:00	16:45	CI	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR		CI	16:00	16:45
16:30	17:15	2	TONIFICACIÓ 25'	ESTIRAMENTS 25'	TONIFICACIÓ 25'	PILATES 25'	CORE 25'	POWER BODY 45'		2	16:30	17:15
16:55	17:20	2		TONIFICACIÓ 25'		ESTIRAMENTS 25'	PILATES 25'			2	16:55	17:20
17:30	18:15	CI					VT CICLO INDOOR	VT CICLO INDOOR		CI	17:30	18:15
18:00	18:25	2					CORE 25'			2	18:00	18:25
18:25	19:10	CI						VT CICLO INDOOR		CI	18:25	19:10
20:15	21:00	CI					VT CICLO INDOOR			CI	20:15	21:00
21:00	21:45	2			TONIFICACIÓ 45'		POWER BODY 45'			2	21:00	21:45
21:10	21:55	CI	VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR		VT CICLO INDOOR			CI	21:10	21:55