

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:15	8:10	1	MTG		TONO GUIERA		 BODYPUMP	
7:15	8:00	CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		
8:30	9:15	P					AIGUAGIM	
9:30	10:25	1		 ZUMBA	TONO GUIERA	 BODYCOMBAT	 ZUMBA	
9:30	10:25	2	POSTURAL PILATES	 HBX				
9:30	10:25	3 / 4		HATHA IOGA	TONO GUIERA	HATHA IOGA	HATHA IOGA	
9:30	10:15	P	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
9:50	10:20	3 / 2	ESTIRAMENTS 30'		ESTIRAMENTS 30'	 HBX		
10:00	10:55	2 / 1						
10:00	10:45	CI						CICLO INDOOR
10:30	11:25	1	TONO GUIERA				TONO GUIERA	
10:30	11:25	2 / 3	GIM SUAU		GIM SUAU		GIM SUAU	
10:31	11:26	3		VINYASA IOGA		VINYASA IOGA	 LES MILLS BODYBALANCE	
10:30	11:15	P/2		AIGUAGIM		AIGUAGIM		
10:45	11:30	CI		CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
11:00	11:55	1						ESTIRAMENTS
11:00	11:45	CI						
11:30	12:15	2	BOX TRAINING GUIERA					
12:00	12:55	1					 BODYPUMP	
14:00	14:45	CI			CICLO INDOOR			
14:30	15:15	CI	CICLO INDOOR					
14:30	15:25	1	VINYASA IOGA		HATHA IOGA			
15:30	16:15	P		AIGUAGIM		AIGUAGIM		
15:30	16:25	1 / 2	 ZUMBA		TONO GUIERA	MTG		
17:00	17:25	1 / 2	PILATES BASIC 30'		ESTIRAMENTS 30'			
17:30	18:15	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
17:30	18:25	3					 LES MILLS BODYBALANCE	
18:00	18:55	1	TONO GUIERA	 BODYCOMBAT	TONO GUIERA	 BODYCOMBAT		
18:00	18:55	2 / 3	 HBX	HATHA IOGA				
18:00	18:55	3			POSTURAL PILATES	 LES MILLS BODYBALANCE		
18:25	19:10	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
18:30	18:55	2						
18:30	19:25	1					MTG	
18:30	19:25	3					HATHA IOGA	
19:00	19:55	1				TONO GUIERA		
19:00	19:55	2		MTG	 BODYCOMBAT	ESTIRAMENTS 55'		
19:00	19:55	3		FIT IOGA				
19:00	19:45	P	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
19:20	20:05	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
19:30	20:25	1	 BODYPUMP		 BODYPUMP		 BODYPUMP	
20:00	20:25	1		GC 30' / CORE 30'		 BODYPUMP		
20:00	20:55	2	 ZUMBA					
20:00	20:55	3		HATHA IOGA				
20:15	21:00	CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			
20:30	21:25	1						

El programa d'activitats dirigides pot ser modificat segons les necessitats de la instal·lació.