

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:15	8:10	1	TONO GUIERA		BOOT CAMP		BODYPUMP	
7:15	8:00	CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		
8:30	9:15	P	GIM SUAU		GIM SUAU		AIGUAGIM	
9:30	10:25	1	ZUMBA	TONO GUIERA	TONO GUIERA	BODYCOMBAT	ZUMBA	
9:30	10:25	2/CI	POSTURAL PILATES	HBX		CICLO INDOOR		
9:30	10:25	3 / 4		HATHA IOGA		HATHA IOGA	HATHA IOGA	
9:30	10:15	P	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
9:50	10:20	3	ESTIRAMENTS 30'		ESTIRAMENTS 30'			
10:00	10:45	CI						CICLO INDOOR
10:30	11:25	1	TONO GUIERA	BODYPUMP	ZUMBA	BODYPUMP	TONO GUIERA	
10:30	11:25	2 / 3		VINYASA IOGA		VINYASA IOGA	FIT IOGA	
10:30	11:25	2 / 3	GIM SUAU		GIM SUAU	HBX	GIM SUAU	
10:30	11:15	P/2				AIGUAGIM		
10:45	11:30	CI						
11:00	11:45	1		AIGUAGIM				ESTIRAMENTS
11:15	12:00	CI			CICLO INDOOR			
11:30	12:15	CI	CICLO INDOOR					BODYPUMP
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		ZUMBA	BODYPUMP		
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					FIT IOGA	
18:00	18:55	1	TONO GUIERA	BODYCOMBAT	ZUMBA	BODYCOMBAT		
18:00	18:55	2 / 3	HBX	HATHA IOGA	POSTURAL PILATES	FIT IOGA		
18:25	19:10	CI	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
18:30	18:55	2					BOOT CAMP	
18:30	19:25	3					HATHA IOGA	
19:00	19:55	1		BODYPUMP		TONO GUIERA		
19:00	19:55	2		BOOT CAMP	BODYCOMBAT	ESTIRAMENTS 55'		
19:00	19:55	3	BODYCOMBAT	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	20:55	1		GC 30' / CORE 30'		BODYPUMP		
20:00	20:55	2	ZUMBA		HBX			
20:00	20:55	3		HATHA IOGA				
20:15	21:00	CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			

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