

# CALENDARI ACTIVITATS FÍSQUES DIRIGIDES

Període: del 29 de juny al 31 de juliol de 2026

INICI	FINAL	SALA / ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7:15	8:10	SC	CICLO INDOOR II		CICLO INDOOR II		BODY PUMP II		
7:15	8:00	S1		BOOT CAMP III		BOOT CAMP III			
8:30	9:25	S1	EN FORMA I		GIM SUAU I				
8:30	9:15	P					WET AEROBIC		
9:30	10:25	S1	ZUMBA I	TONIFICACIO II	BODY PUMP II	GAC II	ZUMBA I		
9:30	10:25	S2	PILATES I						
9:30	10:25	S3		HATHA IOGA I		HATHA IOGA I	HATHA IOGA I		
9:30	10:15	SC				CICLO INDOOR II		CICLO INDOOR II	
9:30	10:15	P	WET GYM	WET GYM	WET AEROBIC	WET GYM	WET GYM		
9:45	10:15	S2			ESTIRAMENTS I				
10:30	11:25	S1	TONIFICACIO II	BODY PUMP II	ZUMBA I	EN FORMA I	BODY PUMP II	TONIFICACIO II	
10:30	11:25	S2	GIM SUAU I		GIM SUAU I		GIM SUAU I		
10:30	11:15	S2				HBX III			
10:30	11:25	S3		VINYASA IOGA II		VINYASA IOGA II	BODY BALANCE III		
11:15	12:00	SC	CICLO INDOOR II		CICLO INDOOR II				
11:30	12:25	S1						ESTIRAMENTS I	
15:30	16:25	S1	ZUMBA I		ZUMBA I				
15:30	16:15	P				WET GYM			
17:00	17:30	S1	PILATES I		ESTIRAMENTS I				
17:30	17:55	S3		MEDITACIÓ I		MEDITACIÓ I			
17:30	18:25	S3					FIT IOGA III		
17:30	18:15	SC	CICLO INDOOR II		CICLO INDOOR II				
18:00	18:55	S1	TONIFICACIO II	GAC II	ZUMBA I	BODY PUMP II			
18:00	18:55	S3		HATHA IOGA I		BODY BALANCE III			
18:25	19:10	SC	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II		
18:30	19:25	S3					HATHA IOGA I		
19:00	19:55	S1		BODY PUMP II					
19:00	19:55	S2	BODY COMBAT III		BODY COMBAT III	ZUMBA I			
19:00	19:55	S3		BODY BALANCE III		ESTIRAMENTS I			
19:00	19:45	P	WET AEROBIC	WET GYM	WET GYM	WET AEROBIC			
19:20	20:05	SC	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II	CICLO INDOOR II			
19:30	20:25	S1	BODY PUMP II		BODY PUMP II		BODY PUMP II		
20:00	20:55	S1		TONIFICACIO II		BODY PUMP II			
20:00	20:55	S3		HATHA IOGA I					
20:10	21:05	S2	GAC II						

S1 - Sala 1      S2 - Sala 2      S3 - Sala 3      SC - Sala Ciclo      P - Piscina

Tipologia d'activitat:

CARDIOVASCULAR      TONIFICACIÓ      COS I MENT      AQUÀTIQUES

Sessions oficials:



Nivells

I - BAIXA INTENSITAT      II - MITJA INTENSITAT      III - ALTA INTENSITAT

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.