

HORARIS D'ACTIVITATS 2019

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES		DISSABTE	
7.10 H	C	CYCLING	P	MEDITACIÓ (25')	G	CROSS-TRAINING			C	CYCLING/TONO		
8.30 H		AIGUAGIM				AIGUAGIM				AIGUAGIM		
9.30 H	C	CYCLING	G	ZUMBA	G	TONO	G	ZUMBA	G	STRONG	P	PILATES
	P	PILATES	P	HIPO (10.00 - 10.30)					P	IOGA		
10.30 H		AIGUAFIT		AQUAZUMBA		AIGUAFIT		AIGUAGIM		AIGUAFIT		
	P	IOGA	G	PILATES	P	IOGA			P	PILATES		
14.00 H	C	CYCLING/TONO	G	ZUMBA	G	CIRCUIT				AQUAT EXP		
15.30 H		AIGUAGIM	C	CYCLING		AIGUAGIM				AIGUAGIM		
17.30 H	P	GIMNÀSTICA 1	P	ZUMBA 1	P	GIMNÀSTICA 1			G	HIP-HOP 1		
	G	ZUMBA	G	PILATES	G	TONO	G	PILATES	C	CYCLING		
18.20 H	P	GIMNÀSTICA 2	G	ZUMBA 2	P	GIMNÀSTICA 2			G	HIP-HOP 2		
	G	TONO	P	POSTURAL	G	ZUMBA	P	POSTURAL				
19.10 H	C	CYCLING	G	ZUMBA	C	CYCLING	P	CARDIOBOXING	C	CYCLING		
	G	POWER PUMP	P	ZUMBA 3		AIGUAGIM	G	CROSS-TRAINING	G	HIP-HOP 3		
	P	IOGA (19.15)	C	TONO	P	IOGA (19.15)						
20.00 H	G	ZUMBA	G	CROSS-TRAINING	G	STRONG	G	ZUMBA	F	CIRCUIT FITNESS		
	C	CYCLING	P	STEPS	C	CYCLING	P	PILATES/HIPO				
	P	POSTURAL (20.15)		AIGUAGIM	P	POSTURAL (20.15)						
21.00 H	P	PILATES	C	CYCLING	P	PILATES						

ACTIVITATS INFANTILS

La direcció del centre podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut, l'horari i els tècnics que les imparteixen.

Les classes tenen una durada entre 45' o 50'

C: Cycling P: Petita G: Gran F: Fitness