

HORARIS NOU CURS 2019-20

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7.10h	C CYCLING		G CROSS-TRAINING		C CYCLING/TONO	
8.30h	Pis AIGUAGIM		Pis AIGUAGIM ☆		Pis AIGUAGIM	
9.30h	P PILATES	G ZUMBA	G TONO	G ZUMBA	G STRONG	P PILATES
	C CYCLING ☆	P HIPO (10.00)			P IOGA	
10.30h	P IOGA	P PILATES	P IOGA	G CROSS TR. ⚡	P PILATES	C CYCLING/TONO *
	Pis AQUAFIT	Pis AQUAZUMBA	Pis AQUAFIT	Pis AIGUAGIM	Pis AQUAFIT ☆	
14.00h	G CYCLING/TONO		G ZUMBA	G TONO		
15.15h	Pis AIGUAGIM		Pis AIGUAGIM		Pis AIGUAGIM	
16.30h	P GIMNÀST. 3 ⚡	P BOXA 3 ⚡*	P GIMNÀST. 3 ⚡ Ext	TRIATLÓ 3 ⚡*	P BOXA 3 ⚡*	
			G CROSS TR.3 ⚡☆			
17.30h	G ZUMBA	G PILATES	G TONO	G PILATES	C CYCLING	
	P GIMNÀSTICA 1	P ZUMBA 1	P GIMNÀSTICA 1	P PSICOMOT. ⚡☆	G HIP HOP 1	
		C BOXA 2 ⚡*		Ext TRIATLÓ 1 ⚡*	P BOXA 2 ⚡*	
		Ext SPARTAN 1 ⚡*				
18.20h	G TONO	P POSTURAL	C CYCLING	P POSTURAL	P ZUMBA ☆	
	P GIMNÀSTICA 2	G ZUMBA 2	P GIMNÀSTICA 2	Ext TRIATLÓ 2 ⚡*	G HIP HOP 2	
	Pis TRIATLÓ 2 ⚡*	Ext SPARTAN 2 ⚡*			Ext SPARTAN 2 ⚡*	
19.10h	G POWER PUMP	G ZUMBA	G STRONG	G CARDBOXING	C CYCLING/TONO	
	C CYCLING	P ZUMBA 3	C CYCLING	Pis AIGUAGIM	G HIP HOP 3	
	P IOGA (19.15)	C TONO	P IOGA (19.15)			
	Pis TRIATLÓ 3 ⚡*					
20.00h	G ZUMBA	G CROSS-TRAINING	G ZUMBA	G CROSS-TRAINING	P BOXA ⚡*	
	P POSTURAL (20.15)	P STEPS	P POSTURAL (20.15)	P PILATES-HIPO		
	C CYCLING	C BOXA ⚡*	C CYCLING			
21.00h	P PILATES	C CYCLING	P PILATES	G TONO ⚡☆		

	ACT. INFANTILS
⚡	NOVETAT INF
☆	ACTIV. ADULTS
⚡*	NOVETAT ADULTS
☆	A PARTIR 16/9
⚡*	A PARTIR 1/10

(G) Sala Gran - (P) Sala Petita - (C) Sala Cycling - (Pis) Piscina - (E) Exterior

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'

