

A PARTIR DEL 12 DE SETEMBRE DE 2017

HORARI		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
Inici	Final						
7.15	8.00	CICLISME (S3)		CICLISME (S3)			
9.30	10.15		CICLISME (S3)		CICLISME (S3)		
9.30	10.20	GO FIT (S1)		CROSS-TRAIN (S1)		GO FIT (S1)	
10.30	11.20	ACTIVA'T (S1)		ESQUENA SANA (S1)		ACTIVA'T (S1)	
10.30	12.00		IOGA MENT (S1)		IOGA MENT (S1)		
11.15	12.00	AIGUAGIM (P)		AIGUAGIM (P)			AIGUAGIM (P)
12.00	12.30	ESTIRAMENTS (P)		ESTIRAMENTS (P)			
14.00	15.00		TAI TXÍ (S1)		TAI TXÍ (S1)		
14.10	15.00	CROSS TRAIN (S1)					
14.15	15.00		CICLISME (S3)		CICLISME (S3)		
18.00	18.50	BODYTONO (S1)		BODYTONO (S1)		BODYTONO (S1)	
18.00	19.00		ZUMBA KIDS 6-8 anys (S2)		ART MARCIAL 6-8 anys (S2)		
18.30	19.30			PATINATGE ARTÍSTIC (PV)			
19.00	19.50	ZUMBA (S1)	GO FIT (S1)	ZUMBA (S1)	GLUTI POWER (S1)		
19.00	20.00		ZUMBA KIDS 9-15 anys (S2)		ART MARCIAL 9-13 anys (S2)	PILATES STRETCH (S1)	
19.15	19.45	GO FIT exprés (SF)		GO FIT exprés (SF)			
19.30	20.30			PATINATGE ARTÍSTIC (PV)			
20.00	20.50		CROSS TRAIN (S1)		CROSS TRAIN (S1)		
20.00	21.00	PILATES STRETCH (S1)		PILATES STRETCH (S1)			
20.00	21.15				IOGA POWER (S3)		
20.15	21.00	CICLISME (S3)		CICLISME (S3)			

ALTA INTENSITAT no coreografiada	MITJA INTENSITAT no coreografiada	BAIXA INTENSITAT no coreografiada
ALTA INTENSITAT coreografiada	MITJA INTENSITAT piscina	BAIXA INTENSITAT piscina
INFANTIL* 3 a 15 anys		

SALA

S1	Sala Polivalent (secció mirall)
S2	Sala Polivalent (secció escenari)
S3	Sala de Ciclisme
SF	Sala de Fitness
P	Piscina
PV	Pavelló

**En les vigílies de festiu es faran les activitats dirigides normals.
En cas de modificar-se l'horari habitual, s'anunciarà oportunament.
*Per a les classes infantils cal inscriure's prèviament a Recepció.**