

A PARTIR DEL 10 DE SETEMBRE DE 2018

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-S2)		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	AIGUA STRETCH (P)		AIGUA STRETCH (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)		
17.30	18.15				AIGUAGIM (P)		
17.30	18.30				GYM KIDS 4-6 anys (S2)		
18.00	18.50	BODYTONO (S1)		BODYTONO (S1)		BODYTONO (S1)	
18.00	19.00		ZUMBA KIDS 6-9 anys (S2)				
18.30	19.30				IOGA INFANTIL 7-15 anys (S2)		
19.00	19.50	ZUMBA (S1-S2)	STEP (S1)	ZUMBA (S1-S2)	BODYTONO (S1)		
19.00	20.00		CROSS TRAIN JÚNIOR 10-15 anys (S2)			PILATES STRETCH (S1)	
19.00	20.15		IOGAPOWER (S3)				
19.00	20.30			PATINATGE ARTÍSTIC 6-15 anys (PV)			
19.15	19.45	GO FIT exprés (SF)		GO FIT exprés (SF)			
19.30	20.45				IOGA POWER (S3)		
20.00	20.50		CROSS TRAIN (S1-S2)		CROSS TRAIN (S1-S2)		
20.00	21.00	PILATES STRETCH (S1)		PILATES STRETCH (S1)			
20.15	21.00	CICLISME (S3)		CICLISME (S3)			

*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.

SALA

- S1 Sala Polivalent (secció mirall)
- S2 Sala Polivalent (secció escenari)
- S3 Sala de Ciclisme
- S4 Sala de Tennis Taula
- S6 Sala Gimnàs de l'Escola de Tennis
- SF Sala de Fitness
- P Piscina
- PV Pavelló

ALTA INTENSITAT no coreografiada	MITJA INTENSITAT no coreografiada	BAIXA INTENSITAT no coreografiada	INFANTIL Fins als 15 anys
MITJA INTENSITAT coreografiada	MITJA INTENSITAT aquàtica	BAIXA INTENSITAT Aquàtica	