

Graella a partir del 7 de gener de 2020

Terrestres

Horari	Sala	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
07.00 - 07.50	SAD		BODYPUMP™		C-ENTONA'T			
07.00 - 07.50	SCI	CICLE INDOOR		CICLE INDOOR				
07.00 - 07.45	SFU					HBX FUSION/BOXING		
09.30 - 10.20	SAD	BODYATTACK™ ★	C BALANCE ★	GAB	BODYPUMP™	ESTIRAMENTS		
09.30 - 10.20	SCI	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR ★	CICLE INDOOR ★	CICLE INDOOR ★	
09.30 - 10.15	SFU			HBX FUSION/BOXING				
09.30 - 10.20	SCM	PILATES	IOGA	PILATES	IOGA	ZUMBA ★		
10.30 - 11.20	SAD	C-ENFORMA	BODYPUMP™		BODYATTACK™	GAB	BODYPUMP™	
10.30 - 11.20	SCI	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL
10.30 - 11.15	SFU	HBX FUSION/BOXING						
10.30 - 11.20	SCM		PILATES	C BALANCE	PILATES			
11.10 - 12.00	SCI						CICLE VIRTUAL	
11.30 - 12.20	SAD					ZUMBA	BODYATTACK™	
11.30 - 12.20	SCM		C BALANCE	ESTIRAMENTS				
11.30 - 12.20	SCI	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL
12.10 - 13.00	SCI		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL	
12.30 - 13.20	SCI			CICLE VIRTUAL				CICLE VIRTUAL
13.30 - 14.20	SCI	CICLE VIRTUAL						
14.10 - 15.00	SCI		CICLE VIRTUAL					
14.20 - 15.10	SAD	C-ENTONA'T ★		C-ENFORMA ★	BODYPUMP™			
14.20 - 15.05	SFU		HBX BOXING					
15.10 - 16.00	SAD		ZUMBA ★			BODYATTACK™ ★		
15.10 - 16.00	SCI	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL	CICLE VIRTUAL		
15.10 - 15.55	SFU				HBX FUSION			
15.15 - 16.05	SCM		PILATES		PILATES	ESTIRAMENTS		
15.20 - 16.10	SAD	GAB ★		BODYPUMP™	BODYCOMBAT™ ★			
16.10 - 17.00	SCI			CICLE VIRTUAL				
17.00 - 17.50	SAD	BODYPUMP™	ESTIRAMENTS ★	C-ENTONA'T ★	ZUMBA ★	GAB ★		
17.10 - 17.55	SCM	DANCE KIDS 8 a 14 anys ★		DANCE KIDS 8 a 14 anys ★				
17.20 - 18.10	SCM		IOGA		IOGA			
17.25 - 18.05	SFU		HBX KIDS 8 a 14 anys ☆		HBX KIDS 8 a 14 anys ☆			
18.00 - 18.50	SAD	BODYATTACK™ ★	GAB	ZUMBA	BODYCOMBAT™	BODYPUMP™		
18.00 - 18.50	SCI	CICLE VIRTUAL ★	CICLE INDOOR ★	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL	CICLE VIRTUAL		
18.10 - 18.40	SFU		HBX KIDS 8 a 14 anys ☆		HBX KIDS 8 a 14 anys ☆			
18.00 - 18.50	SCM	ESTIRAMENTS				C BALANCE		
18.20 - 19.10	SCM		PILATES		PILATES			
18.30 - 19.20	SCI						CICLE VIRTUAL	
19.00 - 19.50	SAD	GAB	ZUMBA	BODYCOMBAT™	BODYPUMP™	ESTIRAMENTS		
19.00 - 19.50	SCI	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR		
19.00 - 19.45	SFU		HBX FUSION		HBX BOXING			
20.00 - 20.50	SAD	BODYPUMP™	BODYCOMBAT™	ZUMBA	BODYATTACK™			
20.00 - 20.50	SCI	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL		
20.00 - 20.45	SFU	HBX BOXING		HBX FUSION				
20.05 - 20.55	SCM		IOGA		IOGA			
20.10 - 21.00	SMP	COUNTRY						
20.15 - 21.05	SCM	PILATES		PILATES				
21.00 - 21.50	SAD	ZUMBA ★	BODYATTACK™ ★	BODYPUMP™	COUNTRY			
21.00 - 21.50	SCI	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR ★	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR			
21.00 - 21.45	SFU	HBX FUSION		HBX BOXING				
21.10 - 22.00	SCM	PILATES		PILATES	ESTIRAMENTS			
21.10 - 22.00	SMP	COUNTRY						

★ Activitats dirigides a partir de 12 anys

Aigua

Horari	Piscina	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
07.00 - 07.45	P. Gran	AQUATRaining		AQUATRaining		AQUATRaining		
07.00 - 07.45	P. Social		AQUAGIM		AQUAGIM			
08.30 - 09.15	P. Social	AQUADOLÇ	AQUAGIM	AQUADOLÇ	AQUAGIM	AQUAGIM		
09.15 - 10.00	P. Social	AQUAGIM	AQUADOLÇ	AQUAGIM	AQUADOLÇ	AQUAGIM		
09.30 - 10.15	P. Social						AQUAGIM	
10.00 - 10.45	P. Gran	AQUATRaining		AQUATRaining		AQUATRaining		
10.00 - 10.45	P. Social		AQUAGIM		AQUAGIM			
10.45 - 11.30	P. Social	AQUAGIM		AQUAGIM		AQUADOLÇ		
10.25 - 10.55	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	
11.00 - 11.30	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	NADONS FAMÍLIA
11.35 - 12.05	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	NADONS FAMÍLIA
12.10 - 12.40	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	NADONS FAMÍLIA
12.15 - 13.00	P. Social						2-3 ANYS FAMÍLIA	
12.30 - 13.15	P. Social		NAT. TERAPÈUTICA		NAT. TERAPÈUTICA			
15.15 - 16.00	P. Gran			AQUATRaining				
15.15 - 16.00	P. Social	AQUAGIM	AQUAGIM		AQUAGIM	AQUAGIM		
16.00 - 16.45	P. Social			AQUAGIM				
18.45 - 19.30	P. Social				2-3 ANYS FAMÍLIA			
19.00 - 19.45	P. Social		EMBARASSADES		EMBARASSADES			
19.30 - 20.15	P. Social	AQUAGIM		AQUAGIM				
19.30 - 20.45	P. Petita						C CHILL-OUT ★	
20.00 - 20.30	P. Social					AQUAHIT ☆		
20.00 - 20.45	P. Social		AQUAGIM ★		AQUAGIM ★			

• Les activitats de pagament són: pilates, ioga, tai-txi, country, nadons família, embarassades, aquajocs i natació terapèutica • La direcció podrà modificar el nombre de sessions, continguts, horaris, sales i tècnics de les activitats en funció de les necessitats • Els períodes d'adaptació de l'oferta dels serveis són: Setmana Santa - Estiu juliol i agost - Nadal • Durant l'agost parada tècnica de manteniment de les instal·lacions segons calendari • Les classes de Cicle Virtual són de 50 min. • Totes les inscripcions d'activitats estaran subjectes a la disponibilitat de places.