

Activitats terrestres

Horari	Sala	Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30	Dissabte 31	Diumenge 1	
07.00 - 07.50	P1	BODYPUMP™		GLUTIS I ABDOM.					
07.00 - 07.50	P3		CICLE INDOOR		CICLE INDOOR				
07.10 - 08.00	P3	CICLE VIRTUAL							
08.30 - 09.20	P3			CICLE VIRTUAL			CICLE VIRTUAL		
09.30 - 10.20	P1	BODYATTACK™	ESTIRAMENTS	TBC	BODYPUMP™	Festiu obert de 9 a 15 h		Obert de 9 a 15 h	
09.30 - 10.20	P3	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR		CICLE INDOOR		
09.30 - 10.20	P2	PILATES	IOGA	PILATES	IOGA				
10.30 - 11.20	P2		PILATES		PILATES				
10.30 - 11.20	P3	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL			CICLE VIRTUAL		
10.30 - 11.20	P1	ZUMBA-TONO	BODYPUMP™	ESTIRAMENTS					TBC
11.10 - 12.00	P3								CICLE VIRTUAL
11.30 - 12.20	P3	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL			CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL
12.10 - 13.00	P3		CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL				CICLE VIRTUAL
12.30 - 13.20	P3						CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL
13.30 - 14.20	P3	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL					
14.10 - 15.00	P3		CICLE VIRTUAL						
14.20 - 15.10	P1	BODYPUMP™		ZUMBA-TONO					
15.10 - 16.00	P1		ZUMBA						
15.10 - 16.00	P3	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR					
15.10 - 16.00	P3				CICLE VIRTUAL				
15.15 - 16.05	P2		PILATES		PILATES				
15.20 - 16.10	P1	GLUTIS I ABDOM.		BODYPUMP™	BODYCOMBAT™				
16.10 - 17.00	P3	CICLE VIRTUAL		CICLE VIRTUAL					
17.00 - 17.50	P1	BODYPUMP™	BALANCE	TBC	ESTIRAMENTS				
17.20 - 18.10	P2		IOGA		IOGA				
17.30 - 18.20	Gim. E	FIT-KIDS 8 a 14 anys		FIT-KIDS 8 a 14 anys					
18.00 - 18.50	P1	BODYATTACK™	GLUTIS I ABDOM.	BODYPUMP™	BODYCOMBAT™				
18.00 - 18.50	P3	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR				
18.20 - 19.10	P2		PILATES		PILATES				
18.30 - 19.20	P3					CICLE VIRTUAL			
19.00 - 19.50	P1	ESTIRAMENTS	ZUMBA	GLUTIS I ABDOM.	BODYPUMP™				
19.00 - 19.50	P3	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR				
19.20 - 20.10	P2	ZUMBA							
20.00 - 20.50	P1	BODYPUMP™	BODYCOMBAT™	ZUMBA	BODYATTACK™				
20.00 - 20.50	P3	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR	CICLE INDOOR				
20.05 - 20.55	P2		IOGA		IOGA				
20.10 - 21.00	Gim. E	COUNTRY							
20.15 - 21.05	P2	PILATES		PILATES					
21.00 - 21.50	P3	CICLE VIRTUAL	CICLE VIRTUAL	CICLE VIRTUAL	CICLE INDOOR				
21.00 - 21.50	P1	ZUMBA	BODYATTACK™	BODYPUMP™					
21.10 - 22.00	P1				COUNTRY				
21.10 - 22.00	P2	PILATES		PILATES					
21.10 - 22.00	Gim. E	COUNTRY							

Dilluns 2 - festiu tancat

Activitats d'aigua

Horari	Piscina	Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30	Dissabte 31	Diumenge 1
07.00 - 07.45	P. Gran	AQUATRaining		AQUATRaining				
07.00 - 07.45	P. Social		AQUAGIM					
08.30 - 09.15	P. Social	AQUADOLÇ						
09.15 - 10.00	P. Social		AQUAGIM	AQUADOLÇ	AQUAGIM			
09.30 - 10.15	P. Social						AQUAGIM	
10.00 - 10.45	P. Social	AQUAGIM						Obert de 9 a 15 h
10.45 - 11.30	P. Social		AQUADOLÇ	AQUAGIM	AQUADOLÇ	Festiu obert de 9 a 15 h		
10.25 - 10.55	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	
11.00 - 11.30	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	
11.35 - 12.05	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	
12.10 - 12.40	P. Petita						NADONS FAMÍLIA	
15.15 - 16.00	P. Social	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUATRaining	AQUAGIM			
19.00 - 19.45	P. Social		EMBARASSADES		EMBARASSADES			
19.30 - 20.15	P. Social	AQUAGIM		AQUAGIM				
20.00 - 20.45	P. Social		AQUAGIM		AQUAGIM			

Dilluns 2 - festiu tancat

• 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.