



### FEBRER 2018

Setmana: 29 al 4 de Febrer

**SALA P3**

Inici	Final	29 Dilluns	30 Dimarts	31 Dimecres	1 Dijous	2 Divendres	3 Dissabte	4 Diumenge
07,00h	07,50h				MUN			
07,10h	08,00h							
08,30h	09,20h						VIRTUAL-CAA	
09,30h	10,20h				FAR	MUN	FAR	
10,30h	11,20h					VIRTUAL-FAR		VIRTUAL-CAA
11,10h	12,00h						VIRTUAL-MUN	
11,30h	12,20h					VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-MUN
12,10h	13,00h				VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-FAR	
12,30h	13,20h							VIRTUAL-CAA
13,30h	14,15h							
14,10h	15,00h							
15,10h	16,00h				VIRTUAL-MUN	CAB		
16,10h	17,00h							
18,00h	18,50h				CAA	VIRTUAL-FAR		
18,30h	19,25h							
19,00h	19,50h				FAR	CAA		
20,00h	20,50h				MUN	VIRTUAL-CAB		
21,00h	21,50h				CAA			

De 9h a 15h

TIPUS DE SESSIONS		
C.INDOOR	C.VIRTUAL	
REC	VIRTUAL-REC	Recuperació
CAB	VIRTUAL-CAB	Cap. Aeròbica Baixa
CAA	VIRTUAL-CAA	Cap. Aeròbica Alta
MUN	VIRTUAL-MUN	Muntanya
FAR	VIRTUAL-FAR	Fartlek
IE	VIRTUAL-IE	Intervàlica Extensiva
II	VIRTUAL-II	Intervàlica Intensiva
CHA	VIRTUAL-CHA	Challenge





### FEBRER 2018

Setmana: 5 a l'11 de Febrer

SALA P3

Inici	Final	5 Dilluns	6 Dimarts	7 Dimecres	8 Dijous	9 Divendres	10 Dissabte	11 Diumenge
07,00h	07,50h	VIRTUAL-MUN	MUN		CAB			
07,10h	08,00h							
08,30h	09,20h			VIRTUAL-FAR			VIRTUAL-CAB	
09,30h	10,20h	FAR	CAA	VIRTUAL-CAA	CAB	CAA	MUN	
10,30h	11,20h	VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-FAR
11,10h	12,00h						VIRTUAL-CAA	
11,30h	12,20h	VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-FAR		VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-CAA
12,10h	13,00h		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-FAR	
12,30h	13,20h							VIRTUAL-MUN
13,30h	14,15h	VIRTUAL-FAR		VIRTUAL-MUN				
14,10h	15,00h		VIRTUAL-CAB					
15,10h	16,00h	CAB	CAA	FAR	VIRTUAL-MUN	CAA		
16,10h	17,00h	VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-CAA				
18,00h	18,50h	CAB	MUN	FAR	CAA	VIRTUAL-FAR		
18,30h	19,25h						VIRTUAL-CAB	
19,00h	19,50h	CAA	FAR	MUN	CAB	MUN		
20,00h	20,50h	IE	MUN	CAA	FAR	VIRTUAL-FAR		
21,00h	21,50h	VIRTUAL-FAR	VIRTUAL-CAA	VIRTUAL-MUN	MUN			

De 9h a  
15h

TIPUS DE SESSIONS		
C.INDOOR	C.VIRTUAL	
REC	VIRTUAL-REC	Recuperació
CAB	VIRTUAL-CAB	Cap. Aeròbica Baixa
CAA	VIRTUAL-CAA	Cap. Aeròbica Alta
MUN	VIRTUAL-MUN	Muntanya
FAR	VIRTUAL-FAR	Fartlek
IE	VIRTUAL-IE	Intervàlica Extensiva
II	VIRTUAL-II	Intervàlica Intensiva
CHA	VIRTUAL-CHA	Challenge





### FEBRER 2018

**Setmana: 12 al 18 de Febrer**

**SALA P3**

Inici	Final	12 Dilluns	13 Dimarts	14 Dimecres	15 Dijous	16 Divendres	17 Dissabte	18 Diumenge
07,00h	07,50h	VIRTUAL-CAA	CAB		CAB			
07,10h	08,00h							
08,30h	09,20h			VIRTUAL-CAA			VIRTUAL-CAB	
09,30h	10,20h	CAA	CAB	VIRTUAL-CAA	CAB	CAA	CAB	
10,30h	11,20h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA
11,10h	12,00h						VIRTUAL-CAB	
11,30h	12,20h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA
12,10h	13,00h		VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-CAB	
12,30h	13,20h							VIRTUAL-CAA
13,30h	14,15h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA				
14,10h	15,00h		VIRTUAL-CAB					
15,10h	16,00h	CAA	CAB	CAA	VIRTUAL-CAB	CAA		
16,10h	17,00h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAA				
18,00h	18,50h	CAA	CAB	CAA	CAB	VIRTUAL-CAA		
18,30h	19,25h						VIRTUAL-CAB	
19,00h	19,50h	CAA	CAB	CAA	CAB	CAA		
20,00h	20,50h	CAA	CAB	CAA	CAB	VIRTUAL-CAA		
21,00h	21,50h	VIRTUAL-CAA	VIRTUAL-CAB	VIRTUAL-CAA	CAB			

De 9h a  
15h

TIPUS DE SESSIONS		
C.INDOOR	C.VIRTUAL	
REC	VIRTUAL-REC	Recuperació
CAB	VIRTUAL-CAB	Cap. Aeròbica Baixa
CAA	VIRTUAL-CAA	Cap. Aeròbica Alta
MUN	VIRTUAL-MUN	Muntanya
FAR	VIRTUAL-FAR	Fartlek
IE	VIRTUAL-IE	Intervàlica Extensiva
II	VIRTUAL-II	Intervàlica Intensiva
CHA	VIRTUAL-CHA	Challenge





### FEBRER 2018

Setmana: 19 al 25 de Febrer

SALA P3

Inici	Final	19 Dilluns	20 Dimarts	21 Dimecres	22 Dijous	23 Divendres	24 Dissabte	25 Diumenge
07,00h	07,50h	VIRTUAL-MUN	IE		II			
07,10h	08,00h			VIRTUAL-CAA			VIRTUAL-MUN	
08,30h	09,20h	MUN	II	VIRTUAL-CAB	CAA	CAB	IE	
09,30h	10,20h	VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-CAB
10,30h	11,20h						VIRTUAL-MUN	
11,10h	12,00h	VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-IE		VIRTUAL-CAB		VIRTUAL-IE
11,30h	12,20h		VIRTUAL-FAR		VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-FAR	
12,10h	13,00h							VIRTUAL-MUN
12,30h	13,20h	VIRTUAL-FAR		VIRTUAL-IE				
13,30h	14,15h		VIRTUAL-CAB					
14,10h	15,00h	CAA	II	IE	VIRTUAL-CAB	MUN		
15,10h	16,00h	VIRTUAL-MUN		VIRTUAL-CAA				
16,10h	17,00h	CAB	CAA	FAR	MUN	VIRTUAL-CAA		
18,00h	18,50h						VIRTUAL-MUN	
18,30h	19,25h	CAA	IE	II	CAB	IE		
19,00h	19,50h	IE	II	MUN	CAA	VIRTUAL-FAR		
20,00h	20,50h	VIRTUAL-CAA	VIRTUAL-FAR	VIRTUAL-CAB	MUN			
21,00h	21,50h							

De 9h a  
15h

TIPUS DE SESSIONS		
C.INDOOR	C.VIRTUAL	
REC	VIRTUAL-REC	Recuperació
CAB	VIRTUAL-CAB	Cap. Aeròbica Baixa
CAA	VIRTUAL-CAA	Cap. Aeròbica Alta
MUN	VIRTUAL-MUN	Muntanya
FAR	VIRTUAL-FAR	Fartlek
IE	VIRTUAL-IE	Intervàica Extensiva
II	VIRTUAL-II	Intervàica Intensiva
CHA	VIRTUAL-CHA	Challenge





### FEBRER 2018

Setmana: 26 al 4 de Març

SALA P3

Inici	Final	26 Dilluns	27 Dimarts	28 Dimecres	1 Dijous	2 Divendres	3 Dissabte	4 Diumenge
07,00h	07,50h	VIRTUAL-CAA	CHA					
07,10h	08,00h			VIRTUAL-CAB				
08,30h	09,20h	CAA	CHA	VIRTUAL-CAB				
09,30h	10,20h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAB				
10,30h	11,20h							
11,10h	12,00h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAB				
11,30h	12,20h		VIRTUAL-CHA					
12,10h	13,00h							
12,30h	13,20h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAB				
13,30h	14,15h		VIRTUAL-CHA					
14,10h	15,00h	CAA	CHA	CAB				
15,10h	16,00h	VIRTUAL-CAA		VIRTUAL-CAB				
16,10h	17,00h	CAA	CHA	CAB				
18,00h	18,50h							
18,30h	19,25h	CAA	CHA	CAB				
19,00h	19,50h	CAA	CHA	CAB				
20,00h	20,50h	VIRTUAL-CAA	VIRTUAL-CHA	VIRTUAL-CAB				
21,00h	21,50h							

De 9h a  
15h

TIPUS DE SESSIONS		
C.INDOOR	C.VIRTUAL	
REC	VIRTUAL-REC	Recuperació
CAB	VIRTUAL-CAB	Cap. Aeròbica Baixa
CAA	VIRTUAL-CAA	Cap. Aeròbica Alta
MUN	VIRTUAL-MUN	Muntanya
FAR	VIRTUAL-FAR	Fartlek
IE	VIRTUAL-IE	Intervàlica Extensiva
II	VIRTUAL-II	Intervàlica Intensiva
CHA	VIRTUAL-CHA	Challenge