



Horaris d'activitats dirigides

del 25 al 31 de març de 2024

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:10	7:55	Cycling	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	DIVENDRES SANT		
8:00	8:45	Cycling	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING			
8:00	8:50	Sala 1			BODY BURN	BALANCE			
8:15	8:35	Fitness	CORE 20'						
9:00	9:45	Cycling	VIRTUALCYCLING	CYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING			
9:00	9:45	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
9:00	9:50	Sala 1			PILATES	OMGlute			
9:00	9:50	Sala 2	GIMSUAU	GIMSUAU	GIMSUAU	GIMSUAU			
10:00	10:45	Cycling		VIRTUALCYCLING		CYCLING			
10:00	10:45	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
10:00	10:50	Sala 1	FITDANCE	ESTIRAMENTS		PILATES		PILATES	
10:00	10:50	Sala 2	GIMSUAU	REHABILITACIÓ*	GIMSUAU	REHABILITACIÓ*			
10:00	10:50	Sala 6	IOGA		IOGA				
10:15	11:00	Cycling						VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING
11:00	11:45	Cycling	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING				
11:00	11:50	Sala 1	PILATES		BALANCE				
11:15	11:35	Sala 2							
11:00	11:45	Piscina						AIGUAGIM	
11:15	12:00	Piscina	AIGUA I SALUT*	AIGUA I SALUT*	AIGUA I SALUT*	AIGUA I SALUT*			
11:15	12:00	Cycling						VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING
12:15	13:00	Cycling						VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING
14:00	14:45	Cycling	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING			VIRTUALCYCLING	
15:00	15:45	Cycling		VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING			
16:00	16:45	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
17:00	17:45	Cycling	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING	
17:30	17:50	Sala 2	ESTIRAMENTS 20'	CORE 20'	GLUTI 20'	HIIT 20'			
18:00	18:45	Cycling	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING	
18:00	18:50	Sala 1	BODY BURN	OMGlute					
18:00	18:50	Sala 2				BALANCE			
18:30	18:50	Fitness	CORE 20'		CORE 20'				
19:00	19:50	Sala 1	EXTREMFIT			EXTREMFIT			
19:00	20:00	Cycling	CYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	CYCLING			
19:45	20:35	Sala 6				IOGA			
20:00	20:20	Fitness			CORE 20'				
20:00	20:45	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
20:00	20:50	Sala 1							
20:00	20:45	Cycling							
20:15	21:00	Cycling	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING			

* Activitats NO incloses a la quota

SEMPRE AL TEU RITME

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari o per causes alienes al centre, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució.