

Horari d'activitats dirigides

a partir del 3 d'Abril



Matí

Inici	Fi	Temps	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8.15h	9.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
8.15h	9.00h	45'	Sala 2		BODYPUMP		CORE	
8.30h	10.30h	120'	Exterior				Marxa Nòrdica	
9.15h	10.00h	45'	Sala 1	Cycling	Cycling	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL
9.15h	10.00h	45'	Sala 2	SH'BAM		BODYPUMP	Pilates	BODYPUMP
9.30h	10.15h	45'	Piscina	AiguaGim	AiguaGim	AiguaGim	AiguaGim	AiguaGim
10.15h	11.00h	45'	Sala 2	BODYPUMP	Pilates	COMBAT	CTC	GAC
10.15h	11.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
11.15h	12.00h	45'	Sala 2	CORE		Gim Suau		Balance
11.15h	12.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL

Migdia

Inici	Fi	Temps	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
13.30h	14.15h	45'	Sala 1		CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	
14.30h	15.15h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL				CyclingVIRTUAL
15.15h	16.00h	45'	Sala 1		CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL	
15.15h	16.00h	45'	Sala 2	BODYPUMP	COMBAT		SH'BAM	HIIT

Tarda

Inici	Fi	Temps	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
17.30h	18.15h	45'	Sala 2	HIIT	BODYPUMP	GAC	CORE	
18.00h	18.45h	45'	Sala 2					BODYPUMP
18.30h	19.15h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL
18.30h	19.15h	45'	Sala 2	GAC	Pilates	BODYPUMP	SH'BAM	
19.00h	19.45h	45'	Sala 2					Pilates
19.30h	20.15h	45'	Sala 1	Cycling	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
19.30h	20.15h	45'	Sala 2	BODYPUMP	COMBAT	CORE	HIIT	
19.30h	20.15h	45'	Piscina	AiguaGim	AiguaGim	AiguaGim	AiguaGim	
20.30h	21.15h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
20.30h	21.15h	45'	Sala 2	Pilates	BODYPUMP	SH'BAM	Balance	

Cap de setmana

Inici	Fi	Temps	Espai	Dissabte	Diumenge
9.15h	10.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
10.15h	11.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
11.15h	12.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
12.15h	13.00h	45'	Sala 1	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL



La direcció es reserva el dret de modificar, quan ho consideri necessari, el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat material de substitució o qualsevol altre raó aliena al centre.