

Horaris d'activitats dirigides

A partir del 8 de març de 2021



Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8.00h	8.45h	Cycling	CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL
8.00h	8.45h	Sala 1		BALANCE	CTC	ZUMBA FITNESS	
9.00h	9.45h	Sala 1			PILATES		
9.00h	9.45h	Exterior	BODYPUMP				ZUMBA FITNESS
9.00h	9.45h	Sala 2	GIM. SUAU	GIM. SUAU	GIM. SUAU	GIM. SUAU	
9.00h	9.45h	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM	AIGUAGIM	
9.00h	9.45h	Cycling	CYCLING	CyclingVIRTUAL	CYCLING	CYCLING	CyclingVIRTUAL
10.00h	10.45h	Sala 1		ESTIRAM./CORE	FITDANCE	PILATES	
10.00h	10.45h	Exterior	GAC	BODYCOMBAT		BODYPUMP	CTC
10.00h	10.45h	Sala 2	GIM. SUAU	REHABILITACIÓ*	GIM. SUAU	REHABILITACIÓ*	
10.00h	10.45h	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
10.00h	10.45h	Cycling			CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL
11.00h	11.45h	Sala 1	PILATES		BALANCE		
11.00h	11.45h	Exterior		ZUMBA FITNESS	BODYPUMP	ZUMBA FITNESS	
11.00h	11.45h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
11.15h	12.00h	Piscina		AIGUA I SALUT*	AIGUA I SALUT*	AIGUA I SALUT*	
14.00h	14.45h	Cycling	CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL
15.00h	15.45h	Cycling		CyclingVIRTUAL		CyclingVIRTUAL	
16.00h	16.45h	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
17.15h	17.45h	Sala fitness	EXPRESS FITNESS		EXPRESS FITNESS	EXPRESS FITNESS	
17.15h	18.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
18.00h	18.45h	Sala 1	FITDANCE	EXTREM CORE	ZUMBA FITNESS	GAC	
18.00h	18.45h	Sala 2			PILATES	BALANCE	
18.00h	18.45h	Catedral	EXTREMFIT				
19.15h	20.00h	Cycling		CYCLING		CYCLING	CyclingVIRTUAL
19.00h	19.45h	Exterior	BODYCOMBAT		BODYPUMP		
19.00h	19.45h	Catedral	CTC	EXTREMFIT			
20.00h	20.45h	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
20.15h	21.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL

* Activitat NO inclosa a la quota

Cap de setmana

Inici	Fi	Espai	Dissabte	Diumenge
9.00h	11.00h	Piscina		AIGUA I FAMÍLIA**
9.15h	10.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
10.15h	11.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
11.00h	11.45h	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM
11.15h	12.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
12.00h	14.00h	Piscina		AIGUA I FAMÍLIA**
12.15h	13.00h	Cycling	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL

En cas de pluja les classes a l'exterior es faran a la SALA 2

** Habilitem un espai a la piscina i cedim material per a que pugueu gaudir del medi aquàtic amb els més petits. Activitat NO dinamitzada per un monitor. Sempre ha d'estar supervisada per un adult.

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari, 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 material de substitució o qualsevol altre raó aliena al centre.