poliesportiu municipal santa eulàlia

CALENDARI ACTIVITATS DIRIGIDES

DEL 29 DE JUNY AL 27 DE SETEMBRE 2026
(excepte del 3 d'agost al 30 d'agost)

INICI FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
8:00 8:50	PISCINA	AQUAFITNESS II	PILATES I	AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II		
9:00 9:50	SALA POL.	BODY PUMP II	DANCE/CARDIO II	COMBAT/CARDIO III	PILATES I	FULLBODY II		
9:00 9:50	PISCINA		AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II			
10:00 10:50	SALA POL.	DANCE/CARDIO II	GAC II	TBC II	MANTENIMENT II	PILATES I		
11:00 11:25	SALA POL.		ESTIRAMENTS 25' I		ESTIRAMENTS 25' I			
11:00 11:50	SALA POL.	MOBILITAT I		PILATES I		DANCE/CARDIO II		
13:00 13:50	PISCINA				AQUAFITNESS II			
14:00 14:50	PISCINA	AQUAFITNESS II	AQUAFITNESS II	AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II		
16:00 16:50	SALA POL.	PILATES/BALANCE I	MANTENIMENT II	DANCE/CARDIO II	GAC II	PILATES I		
17:00 17:50	SALA POL.	MANTENIMENT II	BODY PUMP / TBC II	PILATES/BALANCE II	DANCE/CARDIO II	COMBAT/CARDIO III		
18:00 18:50	SALA POL.	DANCE/CARDIO II	COMBAT/CARDIO III	TBC II	FITBALL PILATES I	BODY PUMP / TBC II		
19:00 19:25	SALA POL.	ESTIRAMENTS 25' I						
19:00 19:50	SALA POL.		PILATES/BALANCE II	DANCE/CARDIO II	CARDIO ENERGY III	PILATES/BALANCE II		
19:30 20:20	SALA POL.	FULLBODY II						
20:00 20:25	SALA POL.			ESTIRAMENTS 25' I				
20:00 20:50	SALA POL.		DANCE/CARDIO II		BODY PUMP / TBC II			
20:30 21:20	SALA POL.	PILATES/BALANCE II		PILATES I				
21:00 21:25	SALA POL.		ESTIRAMENTS 25' I		ESTIRAMENTS 25' I			

SAL POL - Sala polivalent PATI PISCINA PAV1 - Pavelló 1 EXT - Exterior

Cardiovascular Tonificació Cos i ment Aquàtiques

I - Baixa intesitat II - Mitja intensitat III - Alta intensitat

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitas del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

*Aquestes activitats exteriors són susceptibles d'anul·lació o canvi en funció de la metereologia.

www.poliesportius.l-h.cat

L'ESPORT és SALUT

Ajuntament de L'Hospitalet