

INICI - FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9.00 - 9.50	SALA POL.	CORE II	ZUMBA III	BODYCOMBAT III	MANTENIMENT II	ZUMBA III
10.00 - 10.50	SALA POL.	ESTIRAMENTS I	PUMP III	MANTENIMENT II	ZUMBA III	GAC II
11.00 - 11.50	SALA POL.		PILATES II		PILATES II	
11.00 - 11.50	PISCINA	AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II
16.00 - 16.50	PISCINA		AQUAFITNESS II		AQUAFITNESS II	
16.00 - 16.50	SALA POL.	HIIT CARDIO III		MANTENIMENT II		ZUMBA III
17.00 - 17.50	SALA POL.	PUMP III	ZUMBA III	ESTIRAMENTS I	CORE II	BODY COMBAT III
18.00 - 18.50	SALA POL.	ZUMBA III	CORE II	ZUMBA III	GAC II	MANTENIMENT II
19.00 - 19.30	SALA POL.	PILATES 30' II	ESTIRAMENTS 30' I	PILATES 30' II	ESTIRAMENTS 30' I	PILATES 30' II

HORARI ESPECIAL D'ESTIU

DI. a Dv. - 9 a 21 h / Caps de setmana TANCAT

Sala de fitness: DI. a Dv. - 9 a 21 h / Caps de setmana TANCAT

Piscina: DI. a Dv. - 9 a 21 h / Caps de setmana TANCAT

- Instal·lació tancada
- Horari especial d'estiu

AGOST

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SALA POL. - Sala Polivalent P - Piscina

CARDIOVASCULAR TONIFICACIÓ COS I MENT AQUÀTIQUES

I - BAIXA INTENSITAT II - MITJA INTENSITAT III - ALTA INTENSITAT

La direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el número i ordre de sessions, el contingut i horaris d'aquestes, així com els tècnics que les imparteixen.