

**HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES**

Del 2 al 30 de setembre de 2019

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES
7:00			7:40 – 8:30 Aquatgym Piscina				7:40 – 8:30 Aquatgym Piscina		
9:00	9:15 – 10:00 TonoStep Sala 1	9:30 – 10:20 Aquatgym Piscina	9:30 – 10:15 Cycling Sala cycle	9:30 – 10:20 Aquatgym Piscina	9:15 – 10:00 Cardiotono Sala 1	9:30 – 10:20 Aquatgym Piscina	9:30 – 10:15 Cycling Sala cycle	9:30 – 10:20 Aquatgym Piscina	9:30 – 10:15 Cycling Sala cycle
10:00	10:00 – 10:45 Sala 1		10:20 – 10:45 Vida sana Sala 1		10:00 – 10:45 Sala 1		10:20 – 10:45 Vida sana Sala 1		
11:00									
14:00									
17:00	17:00 – 17:45 GAC Sala 1	17:00 – 17:45 ** Street Dance Sala 2	17:00 – 17:45 ** Fit Junior Sala de fitness	17:00 – 17:45 ** Fit Kids Sala 2	17:00 – 17:45 GAC Sala 1	17:00 – 17:45 ** Street Dance Sala 2	17:00 – 17:45 ** Fit Junior Sala de fitness	17:00 – 17:45 ** Fit Kids Sala 2	
	17:50 – 18:35 Sala 1	17:50 – 18:15 HIIT 25 Sala de fitness	*** 17:50 – 18:35 Sala 2		17:50 – 18:35 Sala 1	17:50 – 18:15 HIIT 25 Sala de fitness	*** 17:50 – 18:35 Sala 2		
			18:15 – 19:00 Sala 1				18:15 – 19:00 Sala 1		
18:00	18:50 – 19:35 Cardio Tono Sala 1	18:20 – 18:45 HIIT 25 Sala de fitness			18:50 – 19:35 Cardio Tono Sala 1	18:20 – 18:45 HIIT 25 Sala de fitness			18:30 – 19:15 HIIT 45 Sala 1
		19:00 – 19:45 Cycling Sala cycle		19:25 – 20:10 Cycling Sala cycle		19:00 – 19:45 Cycling Sala cycle		19:25 – 20:10 Cycling Sala cycle	
19:00	19:50 – 20:35 Sala 1			19:00 – 19:50 Aquatgym Piscina	19:50 – 20:35 Sala 1			19:00 – 19:50 Aquatgym Piscina	
	20:40 – 21:05 ABD+Stretching Sala 1		20:15 – 21:00 Sala 1		20:40 – 21:05 ABD+Stretching Sala 1		20:15 – 21:00 Sala 1		
20:00									
21:00			21:05 – 21:30 ABD+Stretching Sala 1				21:05 – 21:30 ABD+Stretching Sala 1		

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.

\*\* = Les activitats Kids i Junior s'iniciaran el dilluns 16 de setembre

\*\*\* = El Zumba Family! s'iniciarà el dilluns 16 de setembre, fins aleshores es farà un Zumba