

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES
Del 1 al 31 de Març de 2020

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:00						
8:00	8:00 - 9:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	7:40 - 8:30 Aquagym Piscina	7:00 - 10:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	8:00 - 11:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	7:40 - 8:30 Aquagym Piscina	7:00 - 10:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
9:00	9:30 - 10:15 TonoStep Sala 1 Angela	9:30 - 10:20 Aquagym Piscina Alex G.	9:30 - 10:15 Cycling Sala cycle Alex G.	9:30 - 10:20 Aquagym Piscina Angela	9:30 - 10:15 CardioTono Sala 1 Aneqela	9:30 - 10:20 Aquagym Piscina Alex G.
	9:00 - 11:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	9:30 - 10:15 Hipopressius Sala 2 Noelia		9:00 - 11:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	9:30 - 10:15 Hipopressius Sala 2 Noelia	
10:00	10:20 - 11:05 Relaxació Corporal Sala 1 Angela	10:20 - 11:10 Pilates Sala 2 Noelia	10:20 - 10:55 Vida sana Sala 1 Alex	10:00 - 11:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	10:20 - 11:10 Relaxació Corporal Sala 1 Angela	10:20 - 11:10 Pilates Sala 2 Noelia
					10:20 - 10:55 Vida sana Sala 1 Alex	10:00 - 11:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
11:00	11:00 - 17:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	11:00 - 18:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	11:00 - 17:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	11:00 - 18:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	11:00 - 18:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	10:30 - 19:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
14:00						
17:00	17:00 - 17:45 GAC Sala 1 Martí	17:00 - 17:45 Street Dance Sala 2 Laia	17:00 - 17:45 Fit Junior Sala de fitness Martí	17:00 - 17:45 Fit Kids Sala 2 Laia	17:00 - 17:45 GAC Sala 1 Martí	17:00 - 17:45 Street Dance Sala 2 Laia
	17:50 - 18:35 ballet fit Sala 1 Laia	17:00 - 18:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	17:50 - 18:35 ZUMBA Family! Sala 1 Laia	17:50 - 18:15 HIIT 25 Sala de fitness Martí	17:50 - 18:35 ZUMBA Sala 1 Laia	17:00 - 18:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
					17:50 - 18:35 ZUMBA Family! Sala 1 Laia	17:50 - 18:15 HIIT 25 Sala de fitness Martí
18:00	18:05 - 18:55 Pilates Sala 2 Noelia	18:00 - 18:45 Hiit Aqua Piscina petita Martí	18:20 - 19:05 LES MILLS BODYPUMP Sala 1 Martí	18:40 - 19:10 Hipopressius Sala 2 Laia	18:05 - 18:55 Pilates Sala 2 Noelia	18:00 - 18:45 Hiit Aqua Piscina petita Martí
						18:20 - 19:05 LES MILLS BODYPUMP Sala 1 Martí
						18:40 - 19:10 Hipopressius Sala 2 Laia
						18:35 - 19:20 HIIT 45 Sala fitness Martí
19:00	19:00 - 19:45 Condicionament Físic Sala 1 Martí	18:00 - 19:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	19:15 - 20:05 Ioga Sala 2 Eduard	18:00 - 19:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	19:00 - 19:45 Condicionament Físic Sala 1 Martí	18:00 - 18:50 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
						19:15 - 20:05 Ioga Sala 2 Eduard
						18:00 - 19:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
	19:00 - 19:50 Pilates Sala 2 Noelia	19:00 - 19:45 Cycling Sala cycle Laia	19:10 - 19:50 Boxing Sala 1 Martí	19:00 - 19:50 Aquagym Piscina Albert V.	19:00 - 19:50 Pilates Sala 2 Noelia	19:00 - 19:45 Cycling Sala cycle Laia
						19:05 - 19:45 Boxing Sala 1 Martí
						19:00 - 19:50 Aquagym Piscina Albert V.
	19:50 - 20:35 LES MILLS BODYPUMP Sala 1 Martí		19:25 - 20:10 Cycling Sala cycle Laia			19:25 - 20:10 Cycling Sala cycle Laia
						19:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
	19:55 - 20:45 Pilates Sala 2 Noelia			19:55 - 20:45 Pilates Sala 2 Noelia	19:50 - 20:35 LES MILLS BODYPUMP Sala 1 Martí	
20:00	20:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	20:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	20:15 - 21:00 LES MILLS BODYPUMP Sala 1 Laia	20:30 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	20:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling	20:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
						20:15 - 21:00 ballet fit Sala 2 Laia
						20:30 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
						21:00 - 22:00 VIRTUAL CYCLING Sala Cycling
21:00						

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 dels quadres de color verd, fan referència a la Quota Plus. Per poder assistir primerament s'ha de ser abonat del centre i després sol·licitar la Quota Plus.