

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES AGOST 2017

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE, DIUMENGE I FESTIUS
9.15	IOGA S1	AQUADYNAMIC P	IOGA S1	AQUADYNAMIC P	IOGA S1	
9.30	ZUMBA S3	CICLING VIRTUAL S2	BODY PUMP S3	CICLING VIRTUAL S2	ZUMBA S3	
9.30			CICLING S2		SYNRGY FITNESS	CICLING VIRTUAL S2
10.00	SYNRGY FITNESS	IOGA S1		IOGA S1		
10.15	TAIXI INICI S1	BODY PUMP S3	TAIXI S1	BODY PUMP S3	TAIXI S1	
10.30	ESTIRAMENTS S3		ZUMBA S3		CICLING S2	
11.15		PILATES/ESTIRAMENTS* S1	TAIXI INIC S1	PILATES/ESTIRAMENTS* S1		CICLING S2 ZUMBA S3**
11.30	BODY PUMP S3	CICLING VIRTUAL S2	AQUADYNAMIC P	CICLING VIRTUAL S2		
11.30			ESTIRAMENTS S3			
12.15	CICLING VIRTUAL S2		CICLING VIRTUAL S2		CICLING VIRTUAL S2	SYNRGY FITNESS ESTIRAMENTS S3**
14.15	CICLING VIRTUAL S2	CICLING S2	CICLING VIRTUAL S2	CICLING S2	CICLING VIRTUAL S2	
16.00	CICLING VIRTUAL S2	CICLING VIRTUAL S2	CICLING VIRTUAL S2	CICLING VIRTUAL S2	CICLING VIRTUAL S2	
17.15	ZUMBA S3					
17.30		SYNRGY FITNESS	SYNRGY FITNESS	SYNRGY FITNESS		
18.00	CICLING VIRTUAL S2	IOGA S1	CICLING VIRTUAL S2	IOGA S1	CICLING VIRTUAL S2	CICLING VIRTUAL S2
18.15	BODY PUMP S3	AQUADYNAMIC P	AQUADYNAMIC P	AQUADYNAMIC P	AQUADYNAMIC P	
18.15			ZUMBA S3		SYNRGY FITNESS	
19.00					IOGA S1	
19.15	CICLING S2	PILATES/ESTIRAMENTS* S1	CICLING S2	ESTIRAMENTS S1	CICLING S2	
19.15	BODY COMBAT S3	ZUMBA S3	BODY PUMP S3	BODY PUMP S3		
20.15	CICLING VIRTUAL S2	SYNRGY FITNESS	CICLING VIRTUAL S2	SYNRGY FITNESS	CICLING VIRTUAL S2	
20.30	IOGA S1	TAIXI S1	IOGA S1	TAIXI S1		

* Les classes de ioga, taixi i pilates es realitzaran la setmana del 31 juliol al 13 agost i del 28 agost al 3 setembre.

* Les setmanes del 14 al 20 d'agost i del 21 al 27 d'agost les classes de pilates es canviaran per classes d'estiraments.

** La classe de ZUMBA i ESTIRAMENTS es realitzarà tots els diumenges.

Horari d'apertura club: de 9:00h a 22:00h de dilluns a divendres. Dissabtes, diumenges i festius de 9:00h a 20:00h.

Horari d'instructor a la sala de fitness: de dilluns a divendres de 9:00h a 14:00h i de 16:00h a 22:00h. Dissabtes, diumenges i festius de 09:00h a 14:00h.

TONO | AQUA | MIND | CARDIO

S1: SALA 1 S2: SALA 2 S3: SALA 3 FITNESS: SALA FITNESS P: PISCINA