



HORARI DE CLASSES

A partir del 15 de setembre

ACTIVITATS D'HIVERN

HORES	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7,45		AQUAGYM	G.A.C.	SPINNING	PILATES
9,30		AQUAGYM SPINNING	CARDIO TONO IOGA	AQUAGYM STEP/LATINO	G.A.C.
10,20		TAI-TXI	G.A.C.	ESTIRAMENTS	PILATES
13,30		SPINNING	TONIFICACIO	AQUAGYM	ABDOMINALS
15,00			PILATES		
15,30	SPINNING TAI-TXI	AQUAGYM PowerDumbell	IOGA LATINO	STEPS	G.A.C. PILATES
16,20			AQUAGYM		
17,30	IOGUILATES				
18,15	TONIFICACIÓ	SPINNING PILATES	CARDIO TONO	SPINNING	TONIFICACIO
19,15	AERODANCE IOGA	CARDIO/BOX	G.A.C.	TAI-TXI TONIFICACIO	PowerDumbell
20,00	SPINNING	ESTIRAMENTS	SPINNING	ABDOMINALS	
20,30	AQUAGYM			SPINNING	SPINNING
20,50	PowerDumbell	SPINNING	CARDIO TONO		

SQUASH : Reserva de pistes . **ESCOLA INFANTIL** (recepció)
SPEED-BALL/BASQUET : pista N° 2 mateixos horaris i reserves que l'squash
SALA PESES : * FITNESS DE 7.30 A 22.30 HORES *
TENIS TAULA : HORARI LLIURE
MASSATGE : RESERVA HORARIS A RECEPCIO

NOTA : UNA SESSIO/CLASSE PODRÀ NO IMPARTIR-SE EN EL SUPÒSIT
 D'IMPOSSIBILITAT DE SUBSTITUCIÓ.
 L'HORARI D'ESTIU TÉ VARIACIONS RESPECTE AL D'HIVERN