



HORARI DE CLASSES

A partir del 1er d'OCTUBRE

ACTIVITATS D'HIVERN

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

- 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