

☛ En cas de pluja les activitats de l'exterior passaran a l'interior

INICI	FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:05	7:50	SALA 1				BODY PUMP	
7:05	7:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
7:05	7:45	SALA 4		CYCLING VIRTUAL			
8:00	8:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
9:00	9:25	SALA 1	TABATA 25'		TONIFICACIÓ 25'		
9:00	9:45	ROCÒDROM	GAC	FIT CORE	ZUMBA	C.T.C	
9:30	9:45	SOLÀRIUM	EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS
9:30	10:15	SALA 1	ESTIRAMENTS	GIM SUAU	PILATES	GIM SUAU	PILATES
9:45	10:30	SALA 4	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
10:00	10:45	ROCÒDROM	ZUMBA	C.T.C	BODY PUMP	ZUMBA	
10:30	11:15	SALA 1	GIM SUAU	PILATES	GIM SUAU	ESTIRAMENTS	GIM SUAU
10:30	11:15	SALA 3		IOGA		IOGA	
10:45	11:30	ESPAI SOCIAL	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING
11:00	11:15	SOLÀRIUM	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS
11:00	11:45	ROCÒDROM	BODY PUMP	ZUMBA	FIT CORE	TONIFICACIÓ	
11:00	11:45	CAMP DE FUTBOL				PILATES	
11:30	12:00	SALA 1			HIPOPRESSIUS 30'		
11:30	12:15	SALA 1	PILATES	C.T.C SUAU		GAC	
11:30	12:15	ROCÒDROM					ZUMBA
11:30	12:15	SALA 3				IOGA	
12:00	12:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
13:30	14:15	ESPAI SOCIAL		CYCLING		CYCLING	
13:30	14:15	SALA 4			CYCLING VIRTUAL		
13:30	14:15	ROCÒDROM	BODY PUMP				
14:30	15:15	ESPAI SOCIAL	CYCLING				
14:30	15:15	ROCÒDROM				PILATES	
16:00	16:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
17:00	17:45	SALA 4		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	
18:00	18:15	SOLÀRIUM	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS	EXPRES FITNESS
18:00	18:45	SALA 1	PILATES	GAC	FIT CORE	ESTIRAMENTS	
18:15	19:00	ESPAI SOCIAL	CYCLING		CYCLING		
18:15	19:00	SALA 4		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
18:30	19:15	ROCÒDROM	BODY PUMP	BODY COMBAT	ZUMBA	GAC	BODY PUMP
18:30	19:15	SALA 3	IOGA		IOGA		
19:00	19:45	SALA 1	ESTIRAMENTS	PILATES	GAC	PILATES	
19:15	20:00	ESPAI SOCIAL	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING
19:30	20:15	ROCÒDROM	ZUMBA	C.T.C	BODY PUMP	BODY COMBAT	ZUMBA
19:30	20:15	SALA 3	IOGA		IOGA		
19:30	20:30	EXTERIOR		RUNNING		RUNNING	
20:00	20:15	SOLÀRIUM	EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS
20:00	20:45	SALA 1	PILATES	ESTIRAMENTS	PILATES ADVANCE	TONIFICACIÓ SUAU	
20:15	21:00	SALA 4	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
20:15	21:00	ESPAI SOCIAL		CYCLING		CYCLING	
20:30	21:00	ROCÒDROM	GAC 30'	FIT CORE 30'	C.T.C 30'	TABATA 30'	ESTIRAMENTS 30'

INICI	FINAL	ESPAI	DISSABTE	DIUMENGE
9:10	9:55	SALA 4	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
10:00	10:45	ESPAI SOCIAL	CYCLING	
11:00	11:45	ROCÒDROM	BODY PUMP	
11:00	11:45	SALA 4		CYCLING VIRTUAL
12:00	12:45	ROCÒDROM	PILATES	
14:00	14:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL	
17:00	17:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL	
18:00	18:45	SALA 4	CYCLING VIRTUAL	

\* Les activitats dirigides s'hauran de reservar via telèfon o presencialment

\* Les activitats d'express fitness no caldrà fer reserva

\* Podràs fer reserva de 2 activitats per dia