

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES '18-'19

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:15		HIDROGYM		HIDROGYM	
9:15	ESQUENA		ESQUENA 2+1		ESQUENA
9:30	FIT MANTENIMENT	T.B.C	FIT MANTENIMENT	T.B.C	PILATES
9:30		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
10:30	HIIT 45'		HIIT 45'		
15:15	ZUMBA	G.A.C	ZUMBA	G.A.C	BODY PUMP
15:45	SALUT PER L'AIGUA				SALUT PER L'AIGUA
17:15		BALANCE STRETCH		BALANCE STRETCH	ZUMBA KIDS
19:15	PILATES	SH'BAM LES MILLS	PILATES	SH'BAM LES MILLS	
19:30	ESQUENA		ESQUENA		
20:00	CROSS TRAINING	BODY COMBAT LES MILLS	CROSS TRAINING	BODY PUMP	CROSS TRAINING
20:00	CICLE INDOOR		CICLE INDOOR		
20:00	AQUAEROBIC		AQUAEROBIC		
20:15		AGUAGYM		AQUAGYM	
20:30			ESTIRAMENTS		
21:00	AERÒBIC & STEPS	CICLE INDOOR	AERÒBIC & STEPS	CICLE INDOOR	
21:00		BODY PUMP		BODY COMBAT LES MILLS	

Espais

- Activitats no incloses a la tarifa
 - Piscina Coberta
 - Sales Gran/Petita
 - Segona planta