



Horaris d'activitats dirigides

a partir del 2 de setembre de 2024

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:10	7:55	Pavelló	CYCLING		CYCLING		è-XTREM		
8:00	8:45	Pavelló	PILATES	OMGlute	è-XTREM	IOGA	GIMSUAU		
8:50	9:10	Pavelló	HIPOPRESSIUS		è-CORE	POSTURAL			
9:00	9:45	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
9:15	10:00	Pavelló	 ZUMBA fitness	BODY BURN	PILATES	 ZUMBA fitness	è-QUILIBRIUM		
10:15	11:00	Piscina	AIGUAGIM	 ZUMBA fitness	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
10:15	11:00	Pavelló	GIMSUAU	IOGA	FITDANCE	ESTIRAMENTS			
11:05	11:25	Pavelló		MEDITACIÓ					
11:15	12:00	Exterior					CAMINEM		
11:15	12:00	Piscina	AIGUAGIM						
15:00	15:45	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM				
15:15	16:00	Piscina		AIGUAGIM		AIGUAGIM			
19:00	19:45	Piscina		 ZUMBA fitness		AIGUAGIM			
19:15	20:00	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM		AIGUAGIM		
20:00	20:45	Piscina		AIGUAGIM		AIGUAGIM			
20:15	21:00	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM		AIGUAGIM		

SEMPRE AL TEU RITME

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari o per causes alienes al centre, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució.