



# Horaris d'activitats dirigides

a partir del 22 d'abril de 2025

| 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      |          |          |
| 8:45  | 9:30  | Piscina |                                                                                                   | AIGUAGIM                                                                                       | AIGUAGIM |                                                                                                     |              |          |          |
| 8:50  | 9:10  | Pavelló | HIPOPRESSIUS                                                                                      | POSTURAL                                                                                       | è-CORE   | POSTURAL                                                                                            | HIPOPRESSIUS |          |          |
| 9:00  | 9:45  | Piscina | AIGUAGIM                                                                                          |                                                                                                |          | AIGUAGIM                                                                                            | AIGUAGIM     |          |          |
| 9:15  | 10:00 | Pavelló |  ZUMBA fitness | BODY BURN                                                                                      | PILATES  |  ZUMBA fitness | è-QUILIBRIUM |          |          |
| 9:30  | 10:15 | Piscina |                                                                                                   | AIGUAGIM                                                                                       | AIGUAGIM |                                                                                                     |              |          |          |
| 10:15 | 11:00 | Piscina | AIGUAGIM                                                                                          |  aqua ZUMBA | AIGUAGIM | AIGUAGIM                                                                                            | AIGUAGIM     | AIGUAGIM |          |
| 10:15 | 11:00 | Pavelló | GIMSUAU                                                                                           | IOGA                                                                                           | FITDANCE | ESTIRAMENTS                                                                                         |              |          |          |
| 11:15 | 11:35 | Pavelló |                                                                                                   | MEDITACIÓ                                                                                      |          |                                                                                                     |              |          |          |
| 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 |                                                                                                   |  aqua ZUMBA |          | 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.