



Horaris d'activitats dirigides

a partir del 29 de setembre de 2025

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:10	7:55	Pavelló	CYCLING	è-XTREM	CYCLING		BODY BURN		
8:00	8:45	Pavelló	PILATES	OMGlute	è-XTREM	IOGA	GIMSUAU		
8:45	9:30	Piscina		AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
8:50	9:10	Pavelló	HIPOPRESSIUS 20'	POSTURAL20'	è-CORE20'	POSTURAL20'	HIPOPRESSIUS 20'		
9:00	9:45	Piscina	AIGUAGIM				AIGUAGIM		
9:15	10:00	Pavelló	 ZUMBA FITNESS	BODY BURN CYCLING	PILATES	 ZUMBA FITNESS	è-QUILIBRIUM		
9:30	10:15	Piscina		AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
10:15	11:00	Piscina	AIGUAGIM	 SOGIR ZUMBA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	
10:15	11:00	Pavelló	GIMSUAU	IOGA	FITDANCE*	ESTIRAMENTS			
11:05	11:25	Pavelló		MEDITACIÓ	ESTIRAMENTS 20'				
11:15	12:00	Piscina	AIGUAGIM						
15:00	15:45	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM				
15:15	16:00	Piscina		AIGUAGIM		AIGUAGIM			
19:15	20:00	Piscina	AIGUAGIM	 SOGIR ZUMBA	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		
20:00	20:45	Piscina	AIGUAGIM	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.