

ACTIVITATS DIRIGIDES DE L'1 D'ABRIL AL 30 DE JUNY

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7.30-8.20	SPINNING EXPRESS (Cesc)	G.A.C EXPRESS (Marta Pla) SPINNING Virtual	SPINNING Express (Cesc)	STRONG EXPRESS (Marta Pla) SPINNING Virtual	SPINNING Virtual		
8.00-9.00	IOGA (Laia)						
8.45-10.15				IOGA (Laia)			
9.00-9.50	AQUAGYM (Julieta)	ENTRENO TRAVESSIES (Marc) HIPOPRESSIUS* (Julieta)	HIDRO GAC (Julieta)	ENTRENO TRAVESSIES (Marc)	AQUAGYM (Julieta)	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual
9.15-10.05	STRONG (Marta Pla) SPINNING Virtual	SPINNING (Cesc)	G.A.C (Marta Pla) SPINNING Virtual	SPINNING (Cesc)	ZUMBA (Marta Pla) SPINNING Virtual		
10.00-10.50	NAT. TERAPÈUTICA (Julieta)	AIGUA DOLÇA (Julieta)	NAT. TERAPÈUTICA (Julieta)	AIGUA DOLÇA (Julieta)		SPINNING (Monitors Rotatius)	SPINNING Virtual
10.15-11.05	STRETCHING POSTURAL (Marta Pla)		STRETCHING POSTURAL (Marta Pla)				
12.10-13.00	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual
13.10-14.00	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual
15.10-16.00	PILATES (Julieta) SPINNING (Victor)	AQUAGYM (Marta Fabrellas) BODY PUMP (Ferran) SPINNING Virtual	PILATES (Julieta) SPINNING (Victor)	AQUAGYM (Marta Fabrellas) HIP HOP (Belen Onieva) SPINNING Virtual	BODY PUMP (Ferran) SPINNING Virtual		
16.00-16.50		HIP HOP 12-18anys (Belen Onieva)					
16.10-17.00	HIPOPRESSIUS* (Julieta)						
17.10-18.00	G.A.C (Marta Pla) SPINNING Virtual	STRETCHING POSTURAL (Marta Pla)	G.A.C (Marta Pla) SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual		
17.10-18.00	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual		
17.15-18.05	IOGA INFANTIL 7 a 11 anys (Laia)	HIP HOP kids (P4-2n) Gemma Treviño	FIT DANCE Junior 3r-6é (Eva Romero)	HIP HOP Junior (3r- 6é) (Neus Romero)	ZUMBA kids P4-2n (Gemma Treviño)		
17.30-18.20						SPINNING Virtual	SPINNING Virtual
18.10-19.00	SPINNING (Victor) IOGA (Laia)	SPINNING (Judith) ZUMBA (Marta Pla)	SPINNING (Victor) HIPOPRESSIUS* (Julieta)	SPINNING (Ferran) IOGA (Laia)	ZUMBA (Marta Ponsati) SPINNING Virtual		
18.30-19.20						SPINNING Virtual	
19.10-20.00	SPINNING (Judith) BODY PUMP (Marta Pla)	SPINNING (Judith) PILATES (Julieta)	SPINNING (Cesc) BODY PUMP (Marta Pla)	SPINNING (Victor) PILATES (Julieta)	SPINNING (Judith) STRONG (Marta Pla)		
19.30-20.20						SPINNING Virtual	
20.10-21.00	SPINNING (Judith) ZUMBA (Marta Pla) TECNIFICACIÓ ESTILS (Marta Fabrellas)	SPINNING (Ferran) STRONG (Marta Pla) ENTRENO TRAVESSIES (Marta Fabrellas)	SPINNING (Ferran) ZUMBA (Marta Pla) TECNIFICACIÓ ESTILS (Marta Fabrellas)	SPINNING (Victor) BODY PUMP (Ferran) ENTRENO TRAVESSIES (Marta Fabrellas)	SPINNING Virtual		
20.30-22.00		ENTRENAMENT TRIATLÓ* (Alex)		ENTRENAMENT TRIATLÓ* (Alex)			
21.10-22.00	SPINNING Virtual DANCE FUSIÓ (Belen Onieva)	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual STEPS/AERÒBIC (Raül Moreno)	SPINNING Virtual	SPINNING Virtual		

Per realitzar l'activitat SPINNING s'ha de passar per secretaria a recollir el tiquet a partir de 30 minuts abans. Per SPINNING VIRTUAL no es lliurarà TIQUET



*ACTIVITAT DIRIGIDA NO OBERTA A TOTHOM. CONSULTAR A SECRETARIA