

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES ONLINE

SESSIÓ		SALA S/P	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
INICI	FINAL						
MATÍ							
9:30	10:20	SALA 2	CARDIO POWER	TONIFICACIÓ	CARDIO POWER	BODY PUMP	BODY PUMP
9:30	10:20	SALA 3	BODY PUMP	BODY PUMP			
9:30	10:20	SALA 1	GYMSUAU	GYMSUAU	GYMSUAU	GYMSUAU	GYMSUAU
10:30	11:20	SALA 2	AERODANCE	PILATES-IOGA	AERODANCE	PILATES-IOGA	GAC
10:30	11:20	SALA 3	STRETCHING	GAC	STRETCHING	WORKOUT	
10:30	11:20	SALA 1	HIIT				
11:30	12:20	SALA 2	IOGA	PILATES-IOGA	IOGA	PILATES-IOGA	
TARDA							
17:00	17:50	SALA 2	TONIFICACIÓ	PILATES	TONIFICACIÓ	PILATES	
18:00	18:50	SALA 2	TONOENERGY	AERODANCE	TONOENERGY	CARDIO POWER	TONIFICACIÓ
18:00	18:50	SALA 3	SH'BAM	PILATES		PILATES	
18:00	18:30	FITNESS	FITNESS EXPRESS	FITNESS EXPRESS	FITNESS EXPRESS	FITNESS EXPRESS	
19:00	19:50	SALA 3			GAC		
19:00	19:50	SALA 2	BODY PUMP	CARDIO POWER	BODY PUMP	AERODANCE	HIIT
19:00	19:50	SALA 1		CARDIO BODY	CARDIO BODY		
20:00	20:50	SALA 3	CARDIO BODY	IOGA		IOGA	
20:00	20:50	SALA 2		FITCOMPLEX		FITCOMPLEX	