

# HORARI AADD del 30 d'Agost al 23 de Desembre 2021

SESSIÓ		SALA S/P/E	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
INICI	FINAL						
<b>MATÍ</b>							
9:30	10:20	EXTERIOR	AERODANCE	SPINBIKE			SPINBIKE
9:30	10:20	SALA 2	BODY PUMP		CARDIO POWER	BODY PUMP	
9:30	10:20	SALA 3					HATHA IOGA
9:30	10:20	PISCINA	AQUAGYM	AQUATONO	AQUAGYM	AQUATONO	AQUAGYM
10:30	11:20	SALA 2	CARDIO POWER	PILATES-IOGA	STRETCHING	PILATES-IOGA	GAC
10:30	11:20	EXTERIOR	STRETCHING	WORKOUT	AERODANCE		
10:30	11:20	EXTERIOR	SPINBIKE			SPINBIKE	
10:30	11:20	SALA 3					GYM IOGA
11:30	12:20	EXTERIOR		PILATES-IOGA		PILATES-IOGA	
11:30	12:20	SALA 2	HATHA IOGA		HATHA IOGA		
<b>TARDA</b>							
17:00	17:50	SALA 2	TONOENERGY		TONOENERGY		
17:00	17:50	SALA 3		PILATES		PILATES	
18:00	18:50	SALA 3	STEP HIIT	PILATES	STRETCHING	PILATES	TONIFICACIÓ
18:00	18:50	SALA 2	SH'BAM	AERODANCE	GAC	CARDIO POWER	
19:00	19:50	SALA 3	GYM IOGA		GYM IOGA	BODY PUMP	
19:00	19:50	SALA 2	BODY PUMP	CARDIO POWER		AERODANCE	HIIT
19:00	19:50	EXTERIOR		SPINBIKE	SPINBIKE		
19:00	19:50	PISCINA			AQUATONO		
20:00	20:50	SALA 1	SPINBIKE				
20:00	20:50	SALA 2		FITCOMPLEX			
20:00	20:50	EXTERIOR			WORKOUT		

\* Les activitats dirigides que surten amb són presencials i *online*