

HORARI AADD del 7 d'abril al 10 de maig del 2026

SESSIÓ		SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
INICI	FINAL							
MATÍ								
8:00	8:30	SALA 1					SPINBIKE VIRTUAL	
8:00	8:50	SALA 1	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL		
8:45	9:30	PISCINA	AQUATONO	AQUAGYM	AQUATONO	AQUAGYM	AQUADANCE	
8:45	9:15	SALA 1					LES MILLS BODYPUMP	
9:00	9:50	SALA 1						SPINBIKE
9:10	10:20	SALA 2					HATHA IOGA	
9:30	10:20	SALA 1	LES MILLS BODYPUMP	SPINBIKE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE	SPINBIKE	
9:30	10:20	SALA 2	AERODANCE	LES MILLS BODYBALANCE	CARDIO POWER	GAC		
10:00	10:50	SALA 2						FULL BODY
10:30	11:20	EXTERIOR						
10:30	11:20	SALA 1	STRETCHING	FULL BODY	AERODANCE	SPINBIKE	FULL BODY	
10:30	11:20	SALA 2	CARDIO POWER	PILATES-IOGA	STRETCHING	PILATES-IOGA	GYM IOGA	
11:30	12:20	SALA 2	HATHA IOGA	PILATES-IOGA	BARRE GYM	PILATES-IOGA		
TARDA								
17:00	17:50	SALA 1		PCI **		PCI **		
18:00	18:50	SALA 1	LES MILLS BODYBALANCE	PILATES		PILATES	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL
18:00	18:50	SALA 2	TONO-STEP-TABATA	AERODANCE	TONO-TABATA	CARDIO POWER		
18:30	19:00	FITNESS	ABS EXPRESS		ABS EXPRESS			
19:00	19:50	SALA 1	GYM IOGA	SPINBIKE VIRTUAL	LES MILLS BODYPUMP	FIT COMPLEX	FULL BODY	HIIT TRAINING VIRTUAL
19:00	19:50	SALA 2	LES MILLS BODYPUMP	CARDIO POWER	GYM IOGA	AERODANCE		
19:00	19:50	PISCINA	AQUATONO	NATACIÓ ADULTS*	AQUATONO	NATACIÓ ADULTS*		
20:00	20:50	SALA 1	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE	SPINBIKE VIRTUAL	SPINBIKE VIRTUAL	
<p>US RECORDEM QUE ÉS OBLIGATORI PORTAR TOVALLOLA A LES ACTIVITATS DIRIGIDES.</p> <p>US DEMANEM QUE SIGUEU PUNTUALS A LES CLASSES PER TAL DE NO INTERROMPRE L'ACTIVITAT.</p> <p>L'ORGANITZACIÓ ES RESERVA EL DRET DE CANVIAR O MODIFICAR AQUEST HORARI I MONITORS EN FUNCIÓ DE L'ASSISTÈNCIA O PER RAONS TÈCNiques.</p> <p>(*) NATACIÓ ADULTS: Activitat no inclosa en la quota d'abonat. Import adicional, un dia 126,80€, dos dies 177,52€</p> <p>**PCI (Procès corporal integratiu) Activitat no inclosa en la quota d'abonat. Consulta'ns l'import adicional per 10 sessions. Preu promocional per abonats i per no abonats.</p> <p>Impartit per la profesora titulada en PCI, Nuria Sabat.</p>								
								Centre autoritzat Les Mills
								LES MILLS