

# HORARIS



**CLASSES DIRIGIDES  
DE 7 A 22H  
DS. DE 8 A 20H**

🕒	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7.15	GAC	IOGA	CYCLING	TRX		
9.30		TOTAL TRAINING				
9.45				GAC		
12.00						ESPECIAL
13.20	GAC		FUNCIONAL	CYCLING		
	CIRCUIT			HBX FUSION		
15.30	PILATES	CARDIO TABATA	GAC	PILATES		
16.15			ZUMBA			
17.00		FUNCIONAL				
17.30	TOTAL TRAINING	GAC	HIPOPRESSIUS	TOTAL TRAINING		
	STRETCHING			CARDIO TABATA		
18.00						GAC
18.30	PILATES	PILATES ZUMBA	TRX	C. BOX PILATES		
19.00			PILATES			
19.15		HBX BOXING GLOBAL				
19.30	FUNCIONAL			IOGA		
	IOGA CYCLING			GLOBAL		
20.30	CIRCUIT	GAC	CARDIO TABATA	GAC		

● GYM & DANCE  
 ● GLOBAL  
 ● BODY & MIND  
 ● CYCLING  
 ● GYM  
 ● SMALLFIT

## DIUMENGES : TANCAT

**OBSERVACIONS:** Totes les activitats son de 45' excepte les classes marcades.

**AFORAMENT LIMITAT:** La reserva per assistir a una classe es farà des de la recepció del club o des de la web a l'àrea de soci.

**CYCLING VIRTUAL:** Consulti la programació de l'àrea de cycling. No hi haurà un mínim d'assistència per fer l'activitat dirigida.

**ES PODRÀ SEGUIR TAMBÉ MITJANÇANT L'APP ANYÓSPARK I MYWELLNESS**

**AFORAMENT MÍNIM PER CLASSE DIRIGIDA: 2 PERSONES**

**AQUESTS HORARIS PODEN SER MODIFICATS SEGONS DEMANDA I NECESSITATS**