

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

| 🕒 | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES | DISSABTE |
|-------|----------------|----------------|---------------|----------------|-----------|----------|
| 7.15 | GAC | IOGA | CYCLING | TRX | CIRCUIT | |
| 8.00 | | | | GLOBAL | | |
| 8.15 | GLOBAL | | | | ZUMBA | |
| 9.00 | | | | STEP | | |
| 9.30 | ZUMBA | TOTAL TRAINING | | | TRX | |
| 9.45 | | | | GAC | | |
| 10.30 | PUMP | | | | | |
| 12.00 | | | | | | ESPECIAL |
| 12.30 | | | | ABDOMINALS | | |
| 13.20 | CIRCUIT | PILATES | FUNCIONAL | CYCLING | CYCLING | |
| | | TOTAL TRAINING | | HBX FUSION | HIIT | |
| 15.30 | PILATES | CARDIO TABATA | GAC | PILATES | TRX | |
| 17.30 | TOTAL TRAINING | GAC | ZUMBA | TOTAL TRAINING | | |
| 18.00 | | | | | | GAC |
| 18.30 | PILATES | ZUMBA | TRX | C. BOX | PILATES | GAC |
| 19.15 | | HBX BOXING | GLOBAL | | | |
| 19.30 | FUNCIONAL | | OCR | 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