

HORARI CLASSES DIRIGIDES

JULIOL 2026

🕒	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13.30	 BOOT CAMP				
14.00					
15.15	 METABOLIC				
17.30			 PILATES		
18.15	 HYBRID TRAINING	 BOOT CAMP	 BOOT CAMP	 HYBRID TRAINING	
18.30			 METABOLIC		
19.00			 LEG STRONG	 LEG STRONG	
19.15	 LEG STRONG	 METABO.	 MOBILITY		
20.00	 CORE	 CORE		 METABOLIC	
20.15			 CORE		

 Sala Polivalent

 Sala Poliesportiva

● ALTA ACTIVITAT
 ● ACTIVITAT MITJANA
 ● ZUMBA
 ● ESTIRAMENTS
 ● CYCLING

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

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

AFORAMENT MÍNIM PER CLASSE DIRIGIDA: 2 PERSONES

AQUESTS HORARIS PODEN SER MODIFICATS SEGONS DEMANDA I NECESSITATS