

HORARIS



CLASSES DIRIGIDES

DE 7 A 22H

DS. DE 8 A 20H

🕒	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7.15			CYCLING	TRX	CIRCUIT	
8.00						
8.15						
9.00				STEP		
9.30					ZUMBA	
10.00						
10.30				TREN SUPERIOR		
11.30						
12.00						ESPECIAL
12.30						
13.20		CYCL. TOTAL TR.	FUNCIONAL	CYCL. FUSIÓN		
		PILATES		HIIT		
14.05					ESTIRAMENTS	
15.30		CARDIO TABATA	GAC			
17.15						
17.30		GAC	TRX	CARDIO TABATA		
			ZUMBA			
17.45					PILATES	
18.00						GAC
18.30		ZUMBA		CARDIO BOX TRX		
19.00			HYBRID TR.			
19.15		BOXING				
19.30			OCR	GLOBAL		
20.30		GAC	CARDIO TABATA			

● 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