



HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES FEBRER 2023

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7.15	8.05		CYCLING S3		CYCLING S3			
8.15	9.15	GAC	CORE + ESTIRAMENTS	HBX Boxing	FUNCIONAL + ESTIRAMENTS	ZUMBA		
8:45	9:30	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM		
9:00	10:00	GYM SUAU S2		GYM SUAU S2				
9:15	10:15		IOGA S2		IOGA S2			
9.15	10.05	ZUMBA	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA	GYM SUAU		
10.15	11.05	BODY PUMP	HBX Boxing	ZUMBA	HBX Boxing	BODY PUMP		
11:00	11:45	AQUAGYM	AQUASUAU	AQUAGYM	AQUASUAU	AQUAGYM		
11.15	12.05	HBX Boxing	GYM SUAU	ZUMBA	GYM SUAU			
14.00	14.30					RUNNING Assessorament		
15.15	16.05	HBX Boxing	GAC	TONIFICACIÓ				
15.15	16.15	IOGA S2		IOGA S2				
16.15	17.05	CYCLING S3	HBX Boxing	ZUMBA	CYCLING S3			
16:30	17:15		AQUAFIT		AQUAFIT			
17.15	18.05	BODY PUMP	ZUMBA	BODY PUMP	HBX Boxing	HBX Boxing		
17.30	18.30	<i>FIT junior JAULA</i>	<i>FIT kids JAULA</i>	<i>FIT junior JAULA</i>	<i>FIT kids JAULA</i>			
18.15	19.05	GAC	HBX Boxing	HBX Boxing	ZUMBA	BODY PUMP		
18.15	19.05		CYCLING S3	CORE express 18.15-18.30 SF	CYCLING S3			
19.15	20.05	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA		
19.15	20.05	CYCLING S3	PILATES S2	CYCLING S3	PILATES S2	CYCLING S3		
19:15	20:00	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM		
20.15	21.15	PILATES S2		PILATES S2				
20.15	21.05	HBX Boxing	LSA vs BACHATA	HBX Boxing	LSA vs BACHATA			
20:30	21:00		BOOT CAMP zona funcional		BOOT CAMP zona funcional			
20:30	21:15	AQUAEXTREM		AQUAEXTREM				

LLEGENDA TIPOLOGIA D'ACTIVITATS

ACTIVITATS DE FORÇA

ACTIVITATS CARDIOVASCULARS

ACTIVITATS MIXTES

ACTIVITATS COS-MENT

ACTIVITATS D'AIGUA

La direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el número i ordre de sessions, el contingut i horaris d'aquestes, així com els tècnics que les imparteixen.

ACTIVITATS DE PAGAMENT COMPLEMENTARI: . Places limitades. AQUAGYM - AQUAFIT - AQUASUAU - AQUAEXTREM - IOGA - PILATES

HORARI D'ACTIVITATS FEBRER 2023