

# HORARI ▶ CLASSES DIRIGIDES GIMNÀS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	07:45 - 08:30 AQUAFITNESS**		07:45 - 08:30 AQUAFITNESS**	
	07:15-08:00 SPINNING		07:15-08:00 SPINNING	
09:30-10:15 ENTRENAMENT FUNCIONAL	09:30-10:15 GAC	09:30-10:15 TONIFICACIÓ	09:30-10:00 BODY PUMP EXPRESS	
10:15-11:00 PILATES		10:15-11:00 TALLER HIPOPRESSIUS	10:30-11:30 IOGA	10:15-11:00 FITNESS OUTDOOR
13:45-14:30 AQUAFITNESS**		13:45-14:30 AQUAFITNESS**		
	13:30-14:15 SPINNING	13:30-14:15 HITS	13:30-14:15 BODY PUMP	
15:30-16:15 BODY PUMP	15:30-16:15 PILATES	15:30-16:15 SPINNING		
18:00-18:45 BODY PUMP	18:00-18:45 SPINNING	18:00-18:45 TREBALL EN SUSPENSÍO	18:00-18:45 SH'BAM	18:00-18:45 TONIFICACIÓ
18:45-19:30 SPINNING	18:45-19:30 AEROSTEP	18:45-19:30 BODY PUMP	18:45-19:30 BODY PUMP	18:45-19:45 SPINNING PLUS
19:30-20:15 TONO-STEP	19:30-20:15 SH'BAM	19:30-20:15 HITS	19:30-20:15 ABDO./GAC/ESTIRAMENTS	
20:15-20:45 ABD + ESTIRAMENTS	20:15-21:00 CORE	20:15-21:00 SPINNING	20:15-21:00 RUNNING	
21:00-21:45 AQUAFITNESS**		21:00-21:45 AQUAFITNESS**		

\* CAL INSCRIURE'S, INFORMA'T A RECEPCIÓ \*\* ACTIVITAT INCLOSA A LA QUOTA D'ESPORT SALUT. CONSULTA A RECEPCIÓ  
Per la classe d'spinning de la tarda caldrà recollir número durant les 2 hores anteriors a l'inici de la classe.

**VICETB**