



Horari Activitats Dirigides

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:30	AQUAGIM		AQUAFITNESS		AQUADANCE
9:00	STEP	ZUMBA	TRX&CORE	Gym DANCE	GAP
10:00	AQUAGIM		AQUAFITNESS		AQUADANCE
10:00		PILATES		TBC	
10:00				IOGA	PILATES
11:00	IOGA	AQUAGIM	IOGA	AQUACIRCUIT	
12:15	ESQUENA en FORMA		ESQUENA en FORMA		
14:30	SPINNING	Próxim inici	CROSS	Próxim inici	
17:00		17:00 NATACIO NADONS 18:00 NATACIO INFANTIL			
17:45		KARATE INFANTIL		KARATE INFANTIL	
18:00		HIPOPRESIVOS 30 Min		HIPOPRESIVOS 30 min	
18:30	FUNCTIONAL	STEP	CROSS	ESQUENA en FORMA	G.A.P
		PILATES	TONO		
19:30		KARATE CADETE		KARATE CADETE	
	CROSS	BOXA	TRX&CORE		CROSS
		SPINNING		SPINNING	
	HIIT	ZUMBA DANCE	WALKING	PILATES	
	IOGA	KARATE JUVENIL	IOGA	KARATE JUVENIL	
20:30		AQUAFITNESS		AQUA STEP	
		KARATE ADULTO	BOXA	KARATE ADULTO	BOXA
		UPPER BODY 30 Min			
	SPINNING	AQUASTEP	SPINNING	AQUACIRCUIT	

	DISSABTE
10:00	NATACIO NADONS
11:30	SPINNING
12:30	TBC

	DIUMENGE
11:00	AQUAGYM
11:30	*WALKING VIRTUAL
12:30	*SPINNING VIRTUAL

Obert de dilluns a divendres de 7:00 a 22:30 // dissabtes de 9:00 a 21:00 // diumenges de 9:00 a 14:00

*Pots demanar una classe virtual de qualsevol activitat a recepció.

La teva salut, el nostre compromís