

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P		WETGYM I		WETGYM I		
9.15	10.00	P	WETGYM I		WETGYM I		WETGYM I	
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III			CICLO INDOOR III	
9.30	10.20	1	TBC II	 EN FORMA I	BODY PUMP II	GAC II	ZUMBA II	
10.30	11.15	P	WETGYM I	 WET AEROBIC I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	
10:30	11:20	1	PILATES I	IOGA I	BODY BALANCE I	BODY PUMP II	BODY BALANCE I	BODY PUMP II
11.30	12.20	1						 PILATES I
15.20	16.10	1	CICLO INDOOR III	BODY BALANCE I	ZUMBA II	BODY PUMP II	TBC II	
16.30	17.20	1	PILATES I	TBC II	BODY PUMP II	E. FUNCIONAL III	GAC II	
17.30	18.20	1	BODY PUMP II	ZUMBA II	BODY BALANCE I	ZUMBA II	BODY PUMP II	
17.30	18.20	2	*GAC II		*GAC II			
18.30	19.20	1	ZUMBA II	BODY PUMP II	TBC II	BODY COMBAT II	STYLEDANCE II	
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III		
18.30	19.15	P	WETGYM I	WETGYM I	 WET AEROBIC I	WETGYM I		
19:30	20:20	2	*E. FUNCIONAL III		*E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3		CICLO INDOOR III		 CICLO HIIT III		
19.30	20.20	1	BODY BALANCE I	BODY COMBAT II	ZUMBA II	PILATES I	BODY PUMP II	
19.30	20.15	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	
20:30	21:20	1	BODY COMBAT II	BODY PUMP II	BODY PUMP II	GAC II		
21:30	22:20	1		IOGA I		IOGA I		

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

CARDIOVASCULAR TONIFICACIÓ COS I MENT AQUÀTICA I - BAIXA INTENSITAT II - MITJA INTENSITAT III - ALTA INTENSITAT



◆* Aquestes activitats s'activaran un cop finalitzin les actuacions de la sala de fitness.

Del 12 de gener al 29 de març de 2026

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7.15	8.05	3	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III		
8.15	9.05	3	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III		
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III		CICLO VIRTUAL III	CICLO INDOOR III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III
9.30	10.20	3							
10.30	11.15	3							
11.00	11.50	3							
11.30	12.20	3	CICLO VIRTUAL III			CICLO VIRTUAL III		CICLO VIRTUAL III	
13.30	14.20	3		CICLO VIRTUAL III			CICLO VIRTUAL III		
15.20	16.10	3	CICLO INDOOR III		CICLO VIRTUAL III		CICLO VIRTUAL III		
16.00	16.50	3							
16.30	17.20	3	CICLO VIRTUAL III			CICLO VIRTUAL III			
17.15	18.05	3		CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III		CICLO VIRTUAL III		
18.00	18.50	3						CICLO VIRTUAL III	
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO VIRTUAL III		
19:30	20.20	3							
19.30	20.20	3	CICLO VIRTUAL III	CICLO INDOOR III	CICLO VIRTUAL III	NEW CICLO HIIT III	CICLO VIRTUAL III		
20.00	20.50	3							
20.30	21.20	3		CICLO VIRTUAL III		CICLO VIRTUAL III			
21.30	22.20	3							

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

CARDIOVASCULAR

TONIFICACIÓ

COS I MENT

AQUÀTICA

VIRTUAL

I - BAIXA INTENSITAT

II - MITJA INTENSITAT

III - ALTA INTENSITAT

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P						
9.15	10.00	P						
9.30	10.20	3						
9.30	10.20	1						
10.30	11.15	P						
10:30	11:20	1						
11.30	12.20	1						
15.20	16.10	1						
16.30	17.20	1						
17.30	18.20	1						
17.30	18.20	2	*GAC II		*GAC II			
18.30	19.20	1						
18.30	19.20	3						
18.30	19.15	P						
19:30	20:20	2	*E. FUNCIONAL III		*E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3						
19.30	20.20	1						
19.30	20.15	P						
20:30	21:20	1						
21:30	22:20	1						

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

CARDIOVASCULAR

TONIFICACIÓ

COS I MENT

AQUÀTICA

I - BAIXA INTENSITAT

II - MITJA INTENSITAT

III - ALTA INTENSITAT

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYCOMBAT

LES MILLS
BODYBALANCE

ZUMBA