

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P						
9.15	10.00	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III			CICLO INDOOR III	
9.30	10.20	1	TBC II	GIM SUAU I	BODY PUMP II	GAC RADIKAL II	ZUMBA II	
10.30	11.15	P	WETGYM I	WETGYM 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	ZUMBA II
11.30	12.20	1						BODY PUMP II
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 RADIKAL 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 RADIKAL II		GAC RADIKAL II			
18.30	19.20	1	STYLEDANCE II	BODY PUMP II	TBC II	BODY COMBAT II		
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III	ZUMBA II	
18.30	19.20	2						
18.30	19.15	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I		
19.30	20.20	2	E. FUNCIONAL III		E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		
19.30	20.20	1	BODY BALANCE I	BODY COMBAT II	ZUMBA II	BODY BALANCE 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	STYLEDANCE II	BODY PUMP II	GAC RADIKAL 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

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYCOMBAT

LES MILLS
BODYBALANCE

ZUMBA

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P						
9.15	10.00	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III				
9.30	10.20	1	TBC II	GIM SUAU I	BODY PUMP II	GAC RADIKAL II	ZUMBA II	
10.30	11.15	P						
10:30	11:20	1	PILATES I	IOGA I	BODY BALANCE I	BODY PUMP II	BODY BALANCE I	
11.30	12.20	1						
15.20	16.10	1		BODY BALANCE I		BODY PUMP II		
16.30	17.20	1	PILATES I		BODY PUMP II		GAC RADIKAL II	
17.30	18.20	1	BODY PUMP II	ZUMBA II	BODY BALANCE I	BODY COMBAT II	BODY PUMP II	
17.30	18.20	2						
18.30	19.20	1		BODY PUMP II	TBC II	ZUMBA II		
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		BODY COMBAT II	
18.30	19.20	2						
18:30	19:15							
19:30	20:20	2	E. FUNCIONAL III		E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		
19.30	20.20	1	BODY BALANCE I		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						
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

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P						
9.15	10.00	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I		
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III				
9.30	10.20	1	TBC II		BODY PUMP II	GAC RADIKAL II		
10.30	11.15	P					F	
10:30	11:20	1	PILATES I	IOGA I	BODY BALANCE I	TBC II		
11.30	12.20	1					E	
15.20	16.10	1		BODY BALANCE I		BODY PUMP II		
16.30	17.20	1	PILATES I		BODY PUMP II		S	
17.30	18.20	1	BODY PUMP II	ZUMBA II	BODY BALANCE I	E. FUNCIONAL III		
17.30	18.20	2					T	
18.30	19.20	1		BODY PUMP II	TBC II	BODY COMBAT II		
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		I	
18.30	19.20	2						
18:30	19:15						U	
19:30	20:20	2	E. FUNCIONAL III		E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		
19.30	20.20	1	PILATES I		ZUMBA II	PILATES I		
19.30	20.15	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I		
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.

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
8.40	9.25	P						
9.15	10.00	P	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	WETGYM I	
9.30	10.20	3		CICLO INDOOR III				
9.30	10.20	1	TBC II		BODY PUMP II	ZUMBA II	GAC RADIKAL II	
10.30	11.15	P						
10.30	11.20	1	PILATES I	IOGA I	BODY BALANCE I	BODY PUMP II	BODY BALANCE I	
11.30	12.20	1						
15.20	16.10	1	CICLO INDOOR III	BODY BALANCE I	ZUMBA II	BODY PUMP II		
16.30	17.20	1	PILATES I		BODY PUMP II		GAC RADIKAL II	
17.30	18.20	1	BODY PUMP II	ZUMBA II	BODY BALANCE I	E. FUNCIONAL III	BODY PUMP II	
17.30	18.20	2	GAC RADIKAL II		GAC RADIKAL II			
18.30	19.20	1	STYLEDANCE II	BODY PUMP II	TBC II	BODY COMBAT II	E. FUNCIONAL III	
18.30	19.20	3	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III			
18.30	19.20	2						
18.30	19.15							
19.30	20.20	2	E. FUNCIONAL III		E. FUNCIONAL III			
19.30	20.20	3		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		
19.30	20.20	1	BODY BALANCE I	BODY COMBAT II	GAC RADIKAL 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						
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



INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7.15	8.05	3	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 VIRTUAL 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 VIRTUAL 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 VIRTUAL III	CICLO INDOOR III	CICLO VIRTUAL III	CICLO VIRTUAL III		
19.30	20.20	3							
19.30	20.20	3	CICLO VIRTUAL III	CICLO INDOOR III	CICLO VIRTUAL III	CICLO INDOOR 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.

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:00	7:30	F						
7:30	8:00	F						
8:00	8:30	F						
8:30	9:00	F						
9:00	9:30	F						
9:30	10:00	F						
10:00	10:30	F						
10:30	11:00	F						
11:00	11:30	F						
11:30	12:00	F						
12:00	12:30	F		Tono Exprés II		Estiraments Exprés I		
12:30	13:00	F						
13:00	13:30	F						
13:30	14:00	F						
14:00	14:30	F						
14:30	15:00	F						
15:00	15:30	F						
15:30	16:00	F						
16:00	16:30	F						
16:30	17:00	F						
17:00	17:30	F						
17:30	18:00	F						
18:00	18:30	F						
18:30	19:00	F						
19:00	19:30	F						
19:30	20:00	F		Abdominals Exprés II		Cardio Exprés III		
20:00	20:30	F						
20:30	21:00	F						
21:00	21:30	F						
21:30	22:00	F						
22:00	22:30	F						
22:30	23:00	F						

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.