



Horaris d'activitats dirigides

Del 27 de setembre al 26 de desembre

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7.10h	7.55h	Sala 2	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
8.00h	8.45h	Piscina	Aiguagim		Aiguagim		AiguaCardio
9.15h	9.45h	Sala 1			LES MILLS CXWORX		
9.15h	10.00h	Sala 2	CyclingVIRTUAL	Cycling		Cycling	CyclingVIRTUAL
9.15h	10.00h	Piscina	Aiguagim				Aiguagim
9.30h	10.15h	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP			Gimsuau	COMBAT
9.30h	10.15h	Piscina		Aiguagim			
9.45h	10.30h	Piscina			AiguaCardio		
10.00h	10.30h	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP		
10.15h	10.45h	Sala 1		Hipopressius			
10.15h	10.45h	Sala 2				Hipopressius	Estirar
10.15h	11.00h	Sala 2	Pilates				
10.30h	11.15h	Sala 1	COMBAT			LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP
10.30h	11.15h	Sala 2		Pilates			
10.45h	11.15h	Piscina			AiguaRelax		
10.45h	11.30h	Sala 1			Dance		

13.30h	14.15h	Sala 2	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL
14.15h	15.00h	Piscina					Aiguagim
15.00h	15.45h	Piscina	Aiguagim		Aiguagim		
15.15h	16.00h	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYPUMP
15.15h	16.00h	Sala 2	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	CyclingVIRTUAL	Cycling	CyclingVIRTUAL

Activitats a partir de 14 anys

17.00h	17.45h	Sala 2	CyclingVIRTUAL				
17.30h	18.15h	Sala 2			CyclingVIRTUAL		
17.45h	18.15h	Sala 1	LES MILLS CXWORX				
17.45h	18.30h	Sala 1			E. Funcional		
18.00h	18.45h	Sala 1					LES MILLS BODYPUMP
18.00h	18.45h	Sala 2		Pilates		Pilates	
18.00h	18.45h	Exterior			Running		
18.15h	19.00h	Sala 1		COMBAT			
18.15h	19.00h	Sala 2					Cycling
18.30h	19.15h	Sala 1	E. Funcional			COMBAT	
18.30h	19.15h	Sala 2	Pilates				
18.45h	19.30h	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP		
19.00h	19.45h	Sala 1					ExtremFit
19.00h	19.45h	Sala 2		Cycling	Cycling	Cycling	
19.15h	20.00h	Sala 1		GAC			
19.15h	20.00h	Sala 2					CyclingVIRTUAL
19.30h	20.15h	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYBALANCE	
19.30h	20.15h	Sala 2	Cycling				
19.40h	20.10h	Sala 1			LES MILLS CXWORX		
20.00h	20.45h	Sala 2		CyclingVIRTUAL			
20.15h	21.00h	Sala 1		LES MILLS BODYBALANCE			
20.15h	21.00h	Sala 2				CyclingVIRTUAL	
20.15h	21.00h	Piscina		Aiguagim	Aiguagim		
20.30h	21.15h	Sala 1	GAC				
20.30h	21.15h	Sala 2	CyclingVIRTUAL				

Cap de setmana

Dissabte	10.15h	11.00h	Sala 2	CyclingVIRTUAL
	11.30h	12.15h	Sala 2	CyclingVIRTUAL
Diumenge	10.30h	11.15h	Sala 2	CyclingVIRTUAL
	11.45h	12.30h	Sala 2	CyclingVIRTUAL

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat material de substitució o qualsevol altre raó aliena al centre. Algunes activitats es podran realitzar a l'exterior.