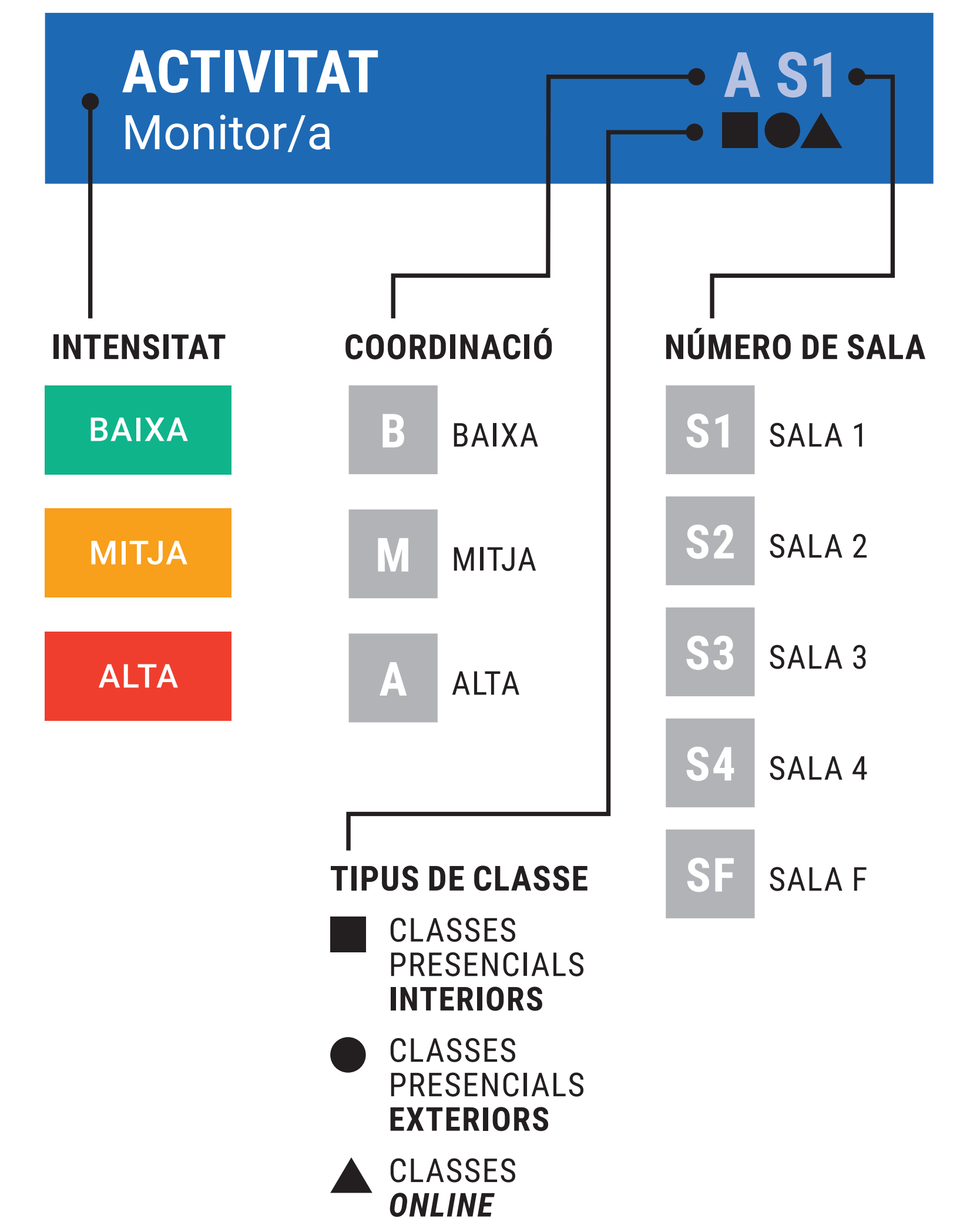


HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES 2024

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES		DISSABTE		DIUMENGE	
MATÍ		MATÍ		MATÍ		MATÍ		MATÍ		MATÍ		MATÍ	
08.00	TONIFICACIÓ Dani	07.15	MATT PILATES Laura	07.15	SPINNING Miquel	07.15	MATT PILATES Inma	09.30	DANCE STYLE Ana	10.00	SPINNING Dani	10.30	SPINNING Dani
09.00	IOGA (H) Magda	08.30	BALLETFIT Laura	09.00	IOGA (H) Magda	08.00	TONIFICACIÓ Dani	09.30	SPINNING Tania	10.00	ZUMBA Ana	11.30	TONIFICACIÓ Dani
09.30	MANTENIMENT Ignasi	09.30	MATT PILATES Laura	09.30	SPINNING Dani	09.15	GYM SUAU AMB CADIRA Magda	10.30	TONIFICACIÓ Magda	10.00	MATT PILATES Ailin	12.30	SPINNING Dani
09.30	SPINNING Dani	10.00	HATHA IOGA Magda	09.30	DANCE STYLE Ana	09.30	MATT PILATES Inma	11.30	ABD HIPOPRESIUS Magda	11.00	TAI-TXI Fernando		
09.30	DANCE STYLE Ana	10.30	MATT PILATES Inma	10.30	MATT PILATES Inma	10.00	HATHA IOGA Magda			11.00	SUPER TRAINING Ailin		
10.00	MEDITACIÓ Magda	10.30	GLOBAL TRAINING Jordi M.	11.30	BALLETFIT Inma	10.30	MATT PILATES Inma			11.00	SPINNING Dani		
10.30	MATT PILATES Inma	11.00	IOGA (H) Magda	11.30	MOVIMENT CONSCIENT Magda	11.00	IOGA (H) Magda			12.00	INDOOR WALKING Dani		
11.00	GYM SUAU AMB CADIRA Magda	12.00	TONIFICACIÓ Magda			12.00	TONIFICACIÓ Magda						
11.45	IOGA (H) Magda					12.30	ABD HIPOPRESIUS Magda						
MIGDIA		MIGDIA		MIGDIA		MIGDIA		MIGDIA					
14.15	SPINNING Dani	14.15	GLOBAL TRAINING Dani	14.15	SPINNING Dani	14.15	GLOBAL TRAINING Dani	14.30	BALLETFIT Inma				
15.30	GLOBAL TRAINING Dani			15.30	GLOBAL TRAINING Dani								
TARDA		TARDA		TARDA		TARDA		TARDA					
17.00	MATT PILATES Ailin	17.00	TONIFICACIÓ Ailin	17.00	MATT PILATES Ailin	17.00	TONIFICACIÓ Ailin	18.00	TAI-TXI Fernando				
18.00	MATT PILATES Ailin	17.30	SPINNING Dani	18.00	BALLETFIT Inma	18.00	DANCE STYLE Ana	18.00	CROSS TRAINING Christian				
18.00	TONIFICACIÓ Dani	18.00	BALLETFIT Inma	18.00	SPINNING Dani	18.00	HATHA IOGA Magda	18.00	HATHA IOGA Magda				
18.00	SPINNING Miguel	18.00	MATT PILATES Marta	18.00	TONIFICACIÓ Ailin	18.00	TONIFICACIÓ Dani	18.00	POWER BAR Ailin				
18.00	INDOOR WALKING Diego	18.00	HATHA IOGA Magda	19.00	TAI-TXI Fernando	18.00	MATT PILATES Inma	19.00	ZUMBA Laia				
19.00	IOGA Ailin	18.30	SPINNING Dani	19.00	ZUMBA Laia	18.15	INDOOR WALKING Diego	19.00	INTERVAL TRAINING Jordi M				
19.00	TONIFICACIÓ Ignasi	19.00	TONIFICACIÓ +GLUTIS Inma	19.00	SPINNING Dani	18.30	SPINNING Tania	19.00	SPINNING Tania				
19.00	SPINNING Diego	19.00	MATT PILATES Marta	19.00	ABD HIPOPRESIUS ESTIRAMENTS Inma	19.00	BALLETFIT Inma	19.00	INDOOR WALKING Jose				
19.00	MATT PILATES Inma	19.30	AERÒBIC Jordi M.	19.00	INDOOR WALKING Jose	19.00	HATHA IOGA Magda	19.00	MATT PILATES Ailin				
20.00	SPINNING Dani	19.30	SPINNING Tania	19.00	CROSS TRAINING Christian	19.30	SPINNING Diego	20.00	INTERVAL TRAINING Jordi M				
20.00	INDOOR WALKING Dani	20.00	IOGA (K) Alicia	20.00	TONIFICACIÓ Laia	20.00	GLOBAL TRAINING Jordi M	20.00	RESPIRACIÓ I MOVIMENT CONSCIENT Ailin				
20.00	BALLETFIT Inma	20.00	ABD HIPOPRESIUS ESTIRAMENTS Inma	20.00	IOGA (K) Alicia								
20.00	CROSS TRAINING Christian	20.30	INTERVAL TRAINING Jordi M	20.00	SPINNING Miguel								
20.00	TONIFICACIÓ Ailin												

CLASSES DIRIGIDES



PISCINA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
10.30	19.30	09.30	19.30	10.30	12.15
AQUA GYM Ignasi	AQUA GYM Ailin	AQUA GYM Ignasi	AQUA GYM Ailin	AQUA GYM Laia	AQUA GYM Ailin