

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES



A PARTIR
DE GENER'18

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:15h	BODYPUMP™ 55' S1	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 55' S1	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 55' S1
8:15h	ABDOMINALS 30' S1	GAC 30'	CYCLING 45' SC	GAC 30'	ABDOMINALS 30' S1
9:30h	BODYPUMP™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	STEP 55' S1	BODYBALANCE™ 55' S1	BODYPUMP™ 55' S1
	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC
10:30h	CYCLING 45' SC	BODYBALANCE™ 55' S1	CYCLING 45' SC	SH'BAM™ 45' S1	ZUMBA® 55' S1
	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC
11:30h	ESTIRAMENTS 55' S1		GIM GRAN 55' S1		ESTIRAMENTS 55' S1
		CYCLING 45' SC		CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC
13:30h	TRX® 30' SF		TRX® 30' SF		TRX® 30' SF
14:00h	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 45' S1	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 45' S1	BODYBALANCE™ 45' S1
15:15h	BODYPUMP™ 45' S1	GAC 45' S1	BODYBALANCE™ 45' S1	STEP 45' S1	CYCLING 45' SC
16:15h	BODYBALANCE™ 55' S1	TRX® 30' SF	BODYPUMP™ 55' S1	TRX® 30' SF	BODYPUMP™ 55' S1
17:15h	COND. TOTAL 45' S1	SH'BAM™ 45' S1	BODYPUMP™ 45' S1	BODYBALANCE™ 45' S1	ZUMBA® 45' S1
18:00h	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC
	BODYBALANCE™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	STEP 55' S1	SH'BAM™ 45' S1	COND. TOTAL 55' S1
		TRX® 30' SF		TRX® 30' SF	
19:00h	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC
	SH'BAM™ 45' S1	BODYPUMP™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	GAC 55' S1	STEP 55' S1
	TRX® 30' SF	CYCLING 45' SC	TRX® 30' SF	CYCLING 45' SC	TRX® 30' SF
20:00h	AIGUACROSS 45' PISC	CROSS TRAINING 55' EXT	AIGUACROSS 45' PISC	CROSS TRAINING 55' EXT	BODYPUMP™ 55' S1
	BODYPUMP™ 55' S1	SH'BAM™ 45' S1	BODYBALANCE™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	
	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	
	CORRER TRI HALL		NEDAR TRI PISC		CYCLING TRI SC
21:00h	ZUMBA® 45' S1	BODYBALANCE™ 45' S1	GAC 45' S1	BODYPUMP™ 45' S1	
	DISSABTE	DIUMENGE**			
9:30h	BODYBALANCE™ 55' S1				
10:30h	AIGUAFIT 45' PISC	TRX® 30' SF			
11:15h	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC			
12:00h	ZUMBA® 55' S1				

ACTIVITATS:

- MILLORA CARDIOVASCULAR
- TONIFICACIÓ MUSCULAR
- AQUÀTIQUES

■ A L'AIRE LLIURE

■ COMBINADES
CARDIOVASCULARS
I MUSCULARS

■ COS-MENT

■ TRI MERCADER CLUB

Els centres es reserven el dret de variar les activitats ofertades així com de no impartir-ne alguna en el supòsit d'impossibilitat material de substitució. **Diumenges i festius oberts.

PARC ESPORTIU LLOBREGAT

Avda. del Baix Llobregat, s/n
08940 CORNELLÀ
Tel. 934753577
info@parcesportiullibregat.com
www.parcesportiullibregat.com

[f](#) @parcesportiullibregat
[t](#) @parcesportiu

COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU CAN MERCADER

Carretera d'Hospitalet - Parc Can Mercader
08940 CORNELLÀ DEL LLOBREGAT
Tel. 93 475 35 80
info@complexcanmercader.com
www.complexcanmercader.com

[f](#) @complexcanmercader
[t](#) @canmercader

