

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES

 **CAN MERCADER**
COMPLEX AQUÀTIC I ESPORTIU

A PARTIR
DE GENER'19



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:15h	BODYPUMP™ 55' S1	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 55' S1	CYCLING 45' SC	BODYPUMP™ 55' S1
8:15h	TRX® 30' SF	GAC 30' S1	CYCLING 45' SC	TRX® 30' SF	ABDOMINALS 30' S1
9:30h	BODYPUMP™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	STEP 55' S1	SH'BAM™ 45' 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	BODYBALANCE™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1
	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC	AIGUAGIM 45' PISC
11:15h		CYCLING 45' SC		CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC
11:30h	ESTIRAMENTS 55' S1		GIM GRAN 55' S1		ESTIRAMENTS 55' S1
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	SH'BAM™ 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	GAC 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	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
	CROSS TRAINING 55' EXT	CYCLING 45' SC	CROSS TRAINING 55' EXT	CYCLING 45' SC	TRX® 30' SF
20:00h	BODYPUMP™ 55' S1	SH'BAM™ 45' S1	BODYBALANCE™ 55' S1	ZUMBA® 55' S1	BODYPUMP™ 55' S1
	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	CYCLING 45' SC	
	CORRER TRI HALL	CROSS TRAINING 55' EXT	AIGUA TRAINING 45' PISC	CROSS TRAINING 55' EXT	CORRER TRI HALL
21:00h	ZUMBA® 45' S1	BODYBALANCE™ 45' S1	GAC 45' S1	BODYPUMP™ 45' S1	
	DISSABTE	DIUMENGE**	ACTIVITATS:  MILLORA CARDIOVASCULAR  TONIFICACIÓ MUSCULAR  AQUÀTIQUES  A L'AIRE LLIURE  COMBINADES CARDIOVASCULARS I MUSCULARS  COS-MENT  TRI MERCADER CLUB		
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				

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@parcesportiu.llobregat.com
www.parcesportiu.llobregat.com

 @parcesportiu.llobregat
 @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

 @complexcanmercader
 @canmercader



Ajuntament de Cornellà
de Llobregat



PROCORNELLÀ