



HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES  
DEL 25 DE MARÇ AL 7 D'ABRIL\*

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07:10h	LES MILLS BODYPUMP 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYPUMP 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	SPINNING 45' SPIN	CROSS TRAINING 45' BOX		
07:30h		LES MILLS BODYBALANCE 50' S1		LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1		
08:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN		
08:10h						⊙ SPINNING 45' SPIN LES MILLS SH'BAM 45' S1	
08:30h	ABDOMINALS 30' S1	fusion 45' BOX LES MILLS SH'BAM 45' S1	ABDOMINALS 30' S1	boxing 45' BOX LES MILLS SH'BAM 45' S1	ESTIRAMENTS 30' S1		
09:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	
09:10h							LES MILLS SH'BAM 45' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN
09:30h	ZUMBA 50' S1	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1	CONDICIONAMENT TOTAL 50' S1	ZUMBA 50' S1		
10:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 30' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 30' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYPUMP 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN
10:30h	AIGUAGIM 45' PISC	SPINNING 45' SPIN	AIGUAGIM 45' PISC	SPINNING 45' SPIN	AIGUAGIM 45' PISC		
11:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN		⊙ SPINNING 45' SPIN		⊙ SPINNING 45' SPIN	AIGUAFIT 45' PISC EXT ⊙ SPINNING 45' SPIN	CROSS TRAINING 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN
11:15h		⊙ SPINNING 30' SPIN		⊙ SPINNING 30' SPIN			
11:30h	boxing 45' BOX	LES MILLS BODYPUMP 50' S1	CONDICIONAMENT TOTAL 50' S1	fusion 45' BOX	ESTIRAMENTS 50' S1		
12:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN
12:30h		LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1			
13:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN
13:30h						LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	
14:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
14:15h	fusion 45' BOX		boxing 45' BOX		CROSS TRAINING 45' BOX		
14:30h						LES MILLS SH'BAM 45' S1	
14:45h	LES MILLS BODYPUMP 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 45' S1	LES MILLS BODYPUMP 45' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 45' S1		
15:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
15:30h						LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	
16:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
16:30h						LES MILLS SH'BAM 45' S1	
17:00h	CONDICIONAMENT TOTAL 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	CROSS TRAINING 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	boxing 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
17:30h						LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	
18:00h	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYPUMP 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	ZUMBA 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS BODYPUMP 50' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	LES MILLS SH'BAM 45' S1 ⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
18:30h						LES MILLS SH'BAM 45' S1	
19:00h	LES MILLS SH'BAM 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	AIGUAFIT 45' PISC ⊙ SPINNING 45' SPIN	fusion 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	AIGUAFIT 45' PISC ⊙ SPINNING 45' SPIN	AIGUAFIT 45' PISC ⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	
19:15h	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 50' S1		
20:00h	CROSS TRAINING 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	fusion 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	CROSS TRAINING 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	boxing 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN	CROSS TRAINING 45' BOX ⊙ SPINNING 45' SPIN		
20:15h	LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 45' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1	LES MILLS BODYBALANCE 45' S1	LES MILLS SH'BAM 45' S1		
21:00h	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN	⊙ SPINNING 45' SPIN		
21:15h	LES MILLS BODYBALANCE 30' S1	LES MILLS SH'BAM 30' S1	LES MILLS BODYBALANCE 30' S1	LES MILLS SH'BAM 30' S1	LES MILLS BODYBALANCE 30' S1		

⊙ ACTIVITAT VIRTUAL

\*El centre es reserva el dret de variar les activitats ofertades així com de no impartir-ne alguna en el supòsit d'impossibilitat material de substitució