







# HORARI

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9'15H – 10H	TONIFICACIÓ	ESTIRAMENTS	CYCLING	CYCLING	ZUMBA 
10H – 10'45H	GENT GRAN CYCLING	CARDIO BOX IOGA	GENT GRAN	CIRCUIT TRAINING IOGA	POWER-BALANCE
15'15H – 16H	IOGA	CIRCUIT TRAINING	STEP IOGA	CARDIO TONE	CYCLING
17H – 18H	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (PETITS)	FUNKY HIP-HOP (PETITS)	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (PETITS)	FUNKY HIP-HOP (PETITS)	PILATES
18H – 19H	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (GRANS) ZUMBA 	FUNKY HIP-HOP (GRANS) CYCLING	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (GRANS) CYCLING	FUNKY HIP-HOP (GRANS) IOGA	ZUMBA  IOGA
19H – 20H (DLL i DM 20.30)	POWER TONE + STRONG 30' 	PILATES IOGA	STRONG BY ZUMBA + ABDOMINALS 	TONIFICACIÓ	STRONG BY ZUMBA 
20H-20'45H				HIPOPRESSIUS + ESTIRAMENTS	

SALA 1  SALA 2 

Us lliure de la sala de fitness durant tot el nostre horari.  
Horari gimnàs municipal. 8h a 21.30H.

