





HORARI

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9'15H – 10H	TONIFICACIÓ	ESTIRAMENTS	CYCLING	CYCLING	CYCLING
10H – 10'45H	GENT GRAN CYCLING	IOGA CYCLING	GENT GRAN	CIRCUIT TRAINING IOGA	POWER-BALANCE
11H – 12H			ZUMBA  ZUMBA		
15'15H – 16H	IOGA	CIRCUIT TRAINING	GAP IOGA	CARDIO TONE	HIPOPRESSIUS CYCLING
17H – 18H	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (PETITS)	FUNKY HIP-HOP (PETITS)	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (PETITS)	FUNKY HIP-HOP (PETITS)	
18H – 19H	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (GRANS) ZUMBA  ZUMBA	FUNKY HIP-HOP (GRANS) CYCLING	ACROBÀCIA I GIMNÀSTICA ARTÍSTICA (GRANS) CYCLING	FUNKY HIP-HOP (GRANS) CYCLING	TONIFICACIÓ PILATES
19H – 20H	POWER TONE	PILATES IOGA	STRONG BY ZUMBA 	TONIFICACIÓ	STRONG BY ZUMBA  IOGA
20H-20'45H	CARDIO BOX		ABDOMINALS	ESTIRAMENTS	

SALA 1  SALA 2 

Us lliure de la sala de fitness durant tot el nostre horari.
Horari gimnàs municipal. 08h a 21.30H.

