

HORARI D'ACTIVITATS
DIRIGIDES

21-22

	Hora	Sala	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Matí	7:10 - 8:00	AD SALA 1	BODYFIT	GAC		LES MILLS BODYPUMP	PILATES
	8:00 - 8:50	AD SALA 1	IOGA 8:15-9:30				
		PISCINA					AQUAGYM
	9:15 - 10:20	AD SALA 1				IOGA	
	9:30 - 10:20	AD SALA 1	LES MILLS BODYPUMP	PILATES	ZUMBA		LES MILLS BODYPUMP
		EXTERIOR			REACTIVA'T		
		ILLA BIKE EXT.	ILLA BIKE	ILLA BIKE		ILLA BIKE	
		PISCINA	AQUAGYM			AQUADANCE	
	10:30 - 11:20	AD SALA 1	PILATES	LES MILLS BODYPUMP	BODYFIT	ZUMBA	ESQUENA SANA
		AD SALA 2	POWER JUMP POWER JUMP				
ILLA BIKE							
PISCINA			AQUAGYM				
11:30 - 12:20	AD SALA 1	BODYFIT	SALUT ARTICULAR	GAC	PILATES		
Tarda	15:00 - 15:50	AD SALA 1	LES MILLS BODYPUMP	IOGA 15:15-16:20	GAC	BODYFIT	
		ILLA BIKE EXT.					ILLA BIKE
	17:30 - 18:30	AD SALA 1	GAC	LES MILLS BODYPUMP	BODYFIT	LES MILLS BODYPUMP	IOGA 17:00
	18:30 - 19:20	AD SALA 1	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	GAC	BODYFIT	LES MILLS BODYPUMP
		AD SALA 2			POWER JUMP POWER JUMP		
		ILLA BIKE EXT.	ILLA BIKE	ILLA BIKE	ILLA BIKE	ILLA BIKE	
		AD EXTERIOR	BODYFIT				
	19:30 - 20:20	AD SALA 1	PILATES	BODYFIT	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	CROSS TRAINING
		AD SALA 2	POWER JUMP POWER JUMP		POWER JUMP POWER JUMP		
		PISCINA	TRI SWIM	AQUAGYM		AQUAGYM	
ILLA BIKE EXT.		ILLA BIKE	ILLA BIKE	ILLA BIKE	ILLA BIKE		
EXTERIOR			TRI RUNNING		TRI RUNNING		
20:30 - 21:20	AD SALA 1	LES MILLS BODYPUMP	PILATES	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA		

Dissabte

ILLA BIKE

BODYFIT



HORARI CENTRE

DE DILLUNS A DIVENDRES 7:00 - 23:00 h.
DISSABTES 9:00 - 20:00 h.
DIUMENGES I FESTIUS 9:00 - 15:00 h.

L'horari d'ús de les instal·lacions esportives finalitzarà 30 minuts abans del tancament del centre.

Aquest horari és susceptible a modificacions per part de la direcció del centre en funció de les necessitats del servei.