

Horari d'Activitats Dirigides del 30 d'Agost al 12 de Setembre

Hores	Sala	Dilluns 30	Dimarts 31	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3	
7:30	8:15	C		CYCLING		CYCLING	
7:30	8:15	E			CROSSFIT		
8:20	8:45	GYM P	ESCOLA D'ESQUENA EXPRESS				
8:35	9:30	AD			EN FORMA NOVETAT	TOTAL TRAINNING NOVETAT	
9:00	10:00	R		PILATES			
9:35	10:30	AD		TOT BODY	TONO	ZUMBA	
10:35	11:30	AD		ZUMBA	PILATES	TOT BODY	
11:45	13:00	R			YOGA NOVETAT		
12:00	12:45	PR			AQUAROYAL		
13:45	14:35	AD			PILATES		
14:00	15:00	AD	TONO				
14:15	15:00	C	CYCLING		CYCLING	CYCLING	
14:15	15:00	R			BODYPUMP		
14:15	15:00	E		FUNCTIONAL TRAINING NOVETAT			
14:35	15:30	AD		TOTAL TRAINNING			
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS				
17:30	18:25	R		EN FORMA NOVETAT			
18:05	19:00	AD		GAP	TONO		
18:30	19:30	R		BODYPUMP			
18:30	19:45	R			YOGA		
18:45	19:30	C		CYCLING	CYCLING NOVETAT		
19:00	19:45	PR			AQUAROYAL		
19:05	20:00	AD	TONO		TOTAL TRAINNING	PILATES	
19:15	20:00	C		CYCLING			
19:30	20:30	E		CROSSFIT NOVETAT			
19:35	20:50	R		YOGA			
19:45	20:30	C		CYCLING	CYCLING NOVETAT		
19:50	20:50	R			TOT BODY		
20:00	21:00	E			CROSSFIT NOVETAT		

Hores	Sala	Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10	
7:15	8:15	PP	NATACIÓ				
7:30	8:15	C	CYCLING			CYCLING	
7:30	8:15	E			CROSSFIT		
8:20	8:45	GYM P	ESCOLA D'ESQUENA EXPRESS				
8:35	9:30	AD	EN FORMA NOVETAT	EN FORMA NOVETAT	EN FORMA NOVETAT	TOTAL TRAINNING	
9:00	10:00	R	PILATES	PILATES			
9:35	10:30	AD	TONO	AERODANCE	TOT BODY	TONO	
10:35	11:30	AD	TOT BODY	PILATES REHAB.	ZUMBA	PILATES	
11:45	13:00	R		YOGA NOVETAT		YOGA NOVETAT	
12:00	12:45	PR		AQUAROYAL		AQUAROYAL	
13:45	14:35	AD		PILATES		PILATES	
14:15	15:00	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	
14:15	15:00	R		BODYPUMP		BODYPUMP	
14:15	15:00	E	FUNCTIONAL TRAINING NOVETAT	FUNCTIONAL TRAINING NOVETAT			
14:35	15:30	AD	STEP		TOTAL TRAINNING		
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS				
17:30	18:25	R		EN FORMA NOVETAT			
18:05	19:00	AD	BARRA FIT	AERODANCE	GAP	TONO	
18:15	19:45	AD				TONO EXTREM	
18:30	19:30	R	BODYPUMP		BODYPUMP		
18:30	19:45	R		YOGA		YOGA	
18:30	20:00	R				YOGA	
18:45	19:30	C	CYCLING	CYCLING NOVETAT	CYCLING	CYCLING NOVETAT	
19:00	19:45	PR		AQUAROYAL		AQUAROYAL	
19:05	20:00	AD	TOT BODY	PILATES	TOTAL TRAINNING	PILATES	
19:30	20:30	E	CROSSFIT NOVETAT		CROSSFIT NOVETAT		
19:35	20:50	R	YOGA		YOGA		
19:45	20:30	C	CYCLING	CYCLING NOVETAT	CYCLING	CYCLING NOVETAT	
19:50	20:50	R		TONO		TOT BODY	
20:00	21:00	E				CROSSFIT NOVETAT	
20:05	21:00	AD	BODYCOMBAT				

*La direcció es reserva el dret de modificar l'horari i el contingut d'activitats que en ell s'ofereixen.

Sala	
C	Cycling radera Tribuna Hípica
E	Estructura Funcional
AD	Activitats Dirigides radera tribuna hípica
R	Sala Royal Fitness
PR	Piscina Royal Fitness
PP	Piscina Polo
GYM P	Gym Polo