

Horari d'Activitats Dirigides NADAL 2020-21

Hores	Sala	Dilluns-21	Dimarts-22	Dimecres-23	Dijous-24	Divendres-25	Dissabte-26	Diumenge-27
7:15	8:15	PP	NATACIÓ					
7:30	8:15	C	CYCLING	CYCLING				
7:30	8:15	1			FUNCTIONAL RU			
8:20	8:45	GYM P	ESCOLA D'ESQUENA EXPRESS					
8:35	9:30	1	EN FORMA NOVITAT	PILATES				
9:00	10:00	R	PILATES	EN FORMA	EN FORMA			
9:35	10:30	1	TONO	AERODANCE	TOT BODY	TONO		
10:35	11:30	1	TOT BODY	PILATES RE	ZUMBA	PILATES		
11:35	12:30	1			SEVILLANES			
11:45	13:00	R		YOGA		YOGA		
12:00	12:45	PR		AQUAROYAL		AQUAROYAL		
12:00	12:45	PP	AQUAGYM		AQUAGYM			
13:45	14:35	1		PILATES		PILATES		
14:15	15:00	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
14:15	15:00	R	FUNCTIONAL TR	BODY PUMP	FUNCTIONAL TR	BODY PUMP		
14:35	15:30	1	STEP	TOT BODY	TOTAL TR			
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS					
17:30	18:25	R		EN FORMA NOVITAT				
18:05	19:00	1	BARRA FIT	AERODANCE	GAP			
18:30	19:30	R	BODY PUMP		BODY PUMP			
18:30	19:45	R		YOGA				
18:45	19:15	C		XPRESS CYCLING				
18:45	19:30	C	CYCLING		CYCLING			
19:00	19:45	PR		AQUAROYAL				
19:05	20:00	1	TOT BODY	PILATES	TOTAL TR			
19:15	20:15	C		XTRA CYCLING				
19:35	20:50	R	YOGA		YOGA			
19:45	20:30	C	CYCLING		CYCLING			
19:50	20:50	R		TONO				
20:05	21:00	1	STEP	BODY COMBAT	AEROJAZZDANCE			

Hores	Sala	Dilluns-28	Dimarts-29	Dimecres-30	Dijous-31	Divendres-1	Dissabte-2	Diumenge-3
7:15	8:15	PP	NATACIÓ					
7:30	8:15	C	CYCLING	CYCLING				
7:30	8:15	1			FUNCTIONAL RU			
8:20	8:45	GYM P	ESCOLA D'ESQUENA EXPRESS					
8:35	9:30	1	EN FORMA NOVITAT	PILATES				
9:00	10:00	R	PILATES	EN FORMA	EN FORMA			
9:35	10:30	1	TONO	AERODANCE	TOT BODY	TONO		
10:35	11:30	1	TOT BODY	PILATES RE	ZUMBA	PILATES		
11:45	13:00	R		YOGA		YOGA		
12:00	12:45	PP	AQUAGYM		AQUAGYM			
13:45	14:35	1		PILATES		PILATES		
14:15	15:00	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
14:15	15:00	R	FUNCTIONAL TR	BODY PUMP	FUNCTIONAL TR	BODY PUMP		
14:35	15:30	1	STEP	TOT BODY	TOTAL TR			
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS					
17:30	18:25	R		EN FORMA NOVITAT				
18:05	19:00	1	BARRA FIT	AERODANCE	GAP			
18:30	19:30	R	BODY PUMP		BODY PUMP			
18:30	19:45	R		YOGA				
18:45	19:15	C		XPRESS CYCLING				
18:45	19:30	C	CYCLING		CYCLING			
19:00	19:45	PR		AQUAROYAL				
19:05	20:00	1	TOT BODY	PILATES	TOTAL TR			
19:15	20:15	C		XTRA CYCLING				
19:35	20:50	R	YOGA		YOGA			
19:45	20:30	C	CYCLING		CYCLING			
19:50	20:50	R		TONO				
20:05	21:00	1		BODY COMBAT				

Hores	Sala	Dilluns-4	Dimarts-5	Dimecres-6	Dijous-7	Divendres-8	Dissabte-9	Diumenge-10
7:15	8:15	PP	NATACIÓ					
7:30	8:15	C	CYCLING			CYCLING		
7:30	8:15	1			FUNCTIONAL RU			
8:20	8:45	GYM P	ESCOLA D'ESQUENA EXPRESS					
8:35	9:30	1	EN FORMA NOVITAT					
9:00	10:00	R	PILATES	EN FORMA	EN FORMA			
9:30	10:30	R	TONO	AERODANCE	TONO	TOTAL TR		
9:35	10:30	1	TOT BODY	PILATES RE	ZUMBA	ZUMBA		
10:00	10:45	C					CYCLING	CYCLING
10:15	11:45	R					YOGA NOVITAT	
10:35	11:30	1	TOT BODY	PILATES RE	PILATES	TOT BODY		TONO
11:00	12:00	1					TOT BODY	
11:00	12:00	1						
11:45	13:00	R		YOGA	YOGA			
12:00	13:00	1						PILATES
12:00	12:45	PP	AQUAGYM			AQUAGYM		
13:45	14:35	1		PILATES		PILATES		
14:15	15:00	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
14:15	15:00	R	FUNCTIONAL TR	BODY PUMP	BODY PUMP	BODY PUMP		
14:35	15:30	1	STEP	TOT BODY	TOT BODY	AERODANCE		
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS					
18:05	19:00	1	BARRA FIT		TONO			
18:15	19:45	1				TONO EXTREM		
18:30	19:30	R	BODY PUMP					
18:30	19:45	R			YOGA			
18:30	20:00	R				YOGA		
18:45	19:15	C			XPRESS CYCLING			
18:45	19:30	C	CYCLING			CYCLING		
19:00	19:45	PR			AQUAROYAL			
19:05	20:00	1	TOT BODY		PILATES			
19:15	20:15	C			XTRA CYCLING			
19:35	20:50	R	YOGA					
19:45	20:30	C	CYCLING					
19:50	20:50	R			TOT BODY			
20:05	21:00	1			FUNCTIONAL TR NOVITAT			