

Horari d'Activitats Dirigides

Del 26 de desembre al 1 de gener

Hores	Sala	Dilluns-26	Dimarts-27	Dimecres-28	Dijous-29	Divendres-30	Dissabte-31	Diumenge-1
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	1	EN FORMA		EN FORMA	TOTAL TRAIN		
8:45	9:30	C	CYCLING		CYCLING			
9:00	10:00	R		PILATES				
9:35	10:30	1	AERODANCE	TOT BODY	TONO	ZUMBA		
10:35	11:30	1	PILATES REHAB	ZUMBA	PILATES	TOT BODY		
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	BODYPUMP	FUNCTIONAL TRAINING	BODYPUMP			
14:35	15:30	1	TOT BODY	TOTAL TRAIN	TOT BODY	AERODANCE		
15:10	15:25	GYM P	SESSIÓ D'ABDOMINALS EXPRESS					
17:35	18:25	R	BODYPUMP	EN FORMA	EN FORMA			
18:05	19:00	1	EN FORMA	GAP	TONO			
18:15	19:45	1				TONO EXTREM		
18:30	19:30	R		BODYPUMP				
18:45	20:00	R	YOGA		YOGA			
18:30	20:00	R				YOGA		
18:45	19:30	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
19:00	19:45	PR	AQUAROYAL		AQUAROYAL			
19:05	20:00	1		TOTAL TRAIN				
19:05	20:00	1	PILATES		PILATES			
19:30	20:30	E		CROSSFIT				
19:35	20:50	R		YOGA				
19:45	20:30	C	CYCLING	CYCLING	CYCLING			
20:05	21:00	1	TONO		TOT BODY			

Sala	
C	Carpa Cycling
E	Estructura Funcional
1	Carpa Activitats Dirigides 1
R	Sala Royal Fitness
PR	Piscina Royal Fitness
PP	Piscina Polo
GYM P	Gym Carpa Polo
	Activitats Cardiovasculars
	Activitats Holístiques (Body & Mind)
	Activitats de Tonificació
	Activitats Aquàtiques
	Activitat específica de Cycling
	Activitat Gratuïta al GYM del Polo

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

*Horari del 5 de Setembre al 30 de Juny seguint el Calendari Escolar.

*En el Període de Vacances escolars hi haurà un horari reduït