

ACTIVITATS DIRIGIDES  
HORARI DEL 26 AL 30 D'AGOST DE 2019

DIES / HORES	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07.15		Cycling - Marc		Cycling - Marc	Entrenament Funcional Jesús - Sala 1
09.30	Pump Estefanía - Sala 1	Cycling - Marc	Entrenament Funcional Estefanía - Sala 1	Cycling - Marc	Pilates Susanna - Sala 1
10.15		Aquagym Gaby - Piscina interior		Aquagym Gaby - Piscina interior	
10.15		Abdominals Sala Fitness		Abdominals Sala Fitness	
10.30	Abdominals Sala Fitness		Abdominals Sala Fitness		Abdominals Sala Fitness
13.00		Cycling Virtual		Cycling Virtual	
14.00	Pilates Susanna - Sala 1	Tàbata Estefanía - Sala 1	Cycling - Marc	Pump Àngela - Sala 1	
14.00	Cycling - Marc	Cycling Virtual		Cycling Virtual	Cycling - Marc
15.00	Cycling Virtual		Cycling Virtual		Cycling Virtual
15.30		Pump Estefanía - Sala 1		Tono Àngela - Sala 1	Pilates Susanna - Sala 1
18.15	Pilates Frances - Sala 1	Cycling Virtual	Pilates Frances - Sala 1	Cycling Virtual	Pump Francesc - Sala 1
18.15	Cycling - Marc	Pump Francesc - Sala 1	Cycling - Ignasi	Cycling - Ignasi	Cycling Virtual
19.00	Abdominals Sala 1	Abdominals Sala Box	Abdominals Sala 2	Abdominals Sala Box	Abdominals Sala 1
19.15		Cycling - Ignasi			
19.15	Cycling - Marc		Cycling - Ignasi	Pump Lluís - Sala 1	Cycling Virtual
19.15		Entrenament Funcional Àngel - Sala 1	Entrenament Funcional Estefanía - Sala 1		
20.15	Cycling Virtual	Cycling - Ignasi		Cycling Virtual	
20.15	Entrenament Funcional Àngel - Sala 1		Cycling Virtual		
DIES / HORES	DISSABTE	DIUMENGE			
11.00		Cycling Virtual			
12.00	Cycling Virtual	Cycling Virtual			

El Club es reserva el dret de modificar el nombre de sessions, els continguts i horaris d'activitats i els tècnics que les imparteixen.

Els horaris es modificaran durant els períodes festius. Consultar horaris.

Es pot accedir a les activitats a partir dels **14 anys**.

Només es pot accedir a les sales quan hi ha Activitats Dirigides amb tècnic o virtuals.

Es requereix un mínim de 6 persones per realitzar l'activitat.

**És obligatori l'ús de tovallola.**