

**HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES**  
Temporada 2020 - 2021

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9h	9.30	10.15	SB FUNCIONAL Sala 1	TBC Sala 1	IOGA Sala 1	BODY STRONG Sala 1	IOGA Sala 1
			PILATES Sala 1	SB CORE Sala 1	BODY STRONG Sala 1	ZUMBA Sala 1	SB FUNCIONAL Sala 1
10h	10.30	11.15	BODY PUMP Sala 1	HIIT Sala 2 	ZUMBA Sala 2 	HIIT Sala 1	GAC Sala 2 
				BODY COMBAT Sala 1		BODY PUMP Sala 1	
17h	17.30	18.15	BODY STRONG Sala 1		TBC Sala 1		GAC Sala 1
			GAC Sala 2 		PILATES Sala 2 		
				ZUMBA Sala 1		ZUMBA Sala 1	
18h	18.00	18.45		ZUMBA Sala 1		ZUMBA Sala 1	
19h	19.00	19.45	TBC Sala 1		TONO STEP Sala 1		BODY STRONG Sala 1
			HIIT Sala 2 		TONIFICACIÓ Sala 2 		
				IOGA Sala 1		IOGA Sala 1	
20h	20.00	20.45	ZUMBA Sala 1		ZUMBA Sala 1		
			PILATES Sala 2 		PILATES Sala 2 		
				IOGA Sala 1		IOGA Sala 1	
				AIKIDO Sala 2		AIKIDO Sala 2	

Llegenda tipologia d'activitats

Activitats força  
Activitats cardiovasculars  
Activitats cos-ment

Activitats ONhome (presencials i streaming) 

La direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el número i ordre de sessions, el contingut i horaris d'aquestes, així com els tècnics que les imparteixen.