

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES MARÇ 2021

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	SOCIS
07.15	07.55	PISCINA PETITA	HIIT JOSE	TONIFICACIÓ EVA	LES MILLES BODYPUMP CRISTINA	LES MILLES BODYBALANCE ISA	TONIFICACIÓ EVA		8
08.00	08.40	PISCINA PETITA	TONIFICACIÓ JOSE		TONIFICACIÓ EVA	MAT PILATES ISA	TONIFICACIÓ EVA		8
08.00	08.55	PISCINA PETITA		IOGA ANGELES					8
08.45	09.25	PISCINA PETITA	ABDO STRETCH JOSE		GAC EVA	POWER STRETCH ISA	TBC EVA		8
08.45	09.25	PISCINA GRAN					LES MILLES BODYBALANCE ISA		8
09.00	09.30	PISCINA		TRX 30 CRISTINA		TRX 30 CRISTINA			8
09.00	09.55	PISCINA PETITA		TONIFICACIÓ ANGELES					8
09.30	10.25	PISCINA PETITA	GAC FUSIÓ JOSE		TBC EVA	FITNESSBALLET ISA	TONIFICACIÓ EVA		8
09.30	10.30	PISCINA GRAN			POWER STRETCH ISA		MAT PILATES ISA		8
09.30	10.15	TERRASSA GYM		CYCLING JOSE		CYCLING JOSE			8
09.45	10.25	PISCINA PETITA						GAC GABRIEL	8
10.00	11.00	PISCINA GRAN		TAI TXI ANDREA			TAI TXI ANDREA		8
10.00	10.55	PISCINA PETITA		MAT PILATES ANGELES					8
10.30	11.10	PISCINA PETITA	GYM SUAU ANGELES		GYM SUAU ANGELES		MANTENIMENT EVA		8
10.30	11.25	PISCINA PETITA						TONIFICACIÓ GABRIEL	8
11.00	12.55	PISCINA PETITA		FLAMENCO PEPA					8
11.15	12.10	PISCINA PETITA	MAT PILATES ANGELES		MAT PILATES ANGELES				8
11.30	12.15	TERRASSA GYM						CYCLING GABRIEL	8
13.00	14.00	PISCINA PETITA		SEVILLANAS PEPA					8
12.30	13.30	PISCINA PETITA						IOGA JOSEP	8
14.00	15.00	PISCINA PETITA			POSTURAL FIT ISA				8
14.00	15.00	OUT DOOR		OUTDOOR TRAINING JORDI		OUTDOOR TRAINING JORDI			8
14.15	15.15	PISCINA PETITA		LES MILLES BODYPUMP GLÒRIA		LES MILLES BODYPUMP GLÒRIA			8
14.15	15.00	TERRASSA GYM	CYCLING GLÒRIA		CYCLING GLÒRIA		CYCLING DANIEL		8
14.30	15.30	PISCINA PETITA	IOGA JOSEP				IOGA JOSEP		8
16.30	17.15	PISCINA PETITA		GYM SUAU GLÒRIA		GYM SUAU GLÒRIA			8
17.00	17.55	PISCINA PETITA					TONIFICACIÓ JORDI		8
18.00	18.55	PISCINA PETITA	TONIFICACIÓ JOSE	MAT PILATES KELLY	GAC JOSÉ	MAT PILATES ANGELES	ESTIRAMENTS JORDI		8
18.00	18.55	PISCINA GRAN	TONIFICACIÓ JORDI		LES MILLES SH'BAM JORDI				8
19.00	19.55	PISCINA PETITA	IOGA JOSEP	GAC FUSIÓ JOSE	IOGA JOSEP	TONIFICACIÓ GABRIEL	IOGA JOSEP		8
19.00	19.55	PISCINA GRAN	GAC FUSIÓ JORDI		MAT PILATES JORDI				8
20.00	20.45	TERRASSA GYM	CYCLING ELI	CYCLING JOSE	CYCLING ELI				8
20.00	21.00	PISCINA PETITA	HIIT JOSE		LES MILLES BODYPUMP JOSE				8

La majoria de sessions es faran al aire lliure al voltant de la piscina petita/gran.

Si les condicions meteorològiques no ens ho permeten les sessions es faran al interior.

Per assistir ÉS OBLIGATORI RESERVAR PRÈVIAMENT: a l'app MYWELLNESS,
al email activitatsdirigides@rctb1899.es

Les BAIXES hauran de ser comunicades abans del 25 de cada mes
a atenció al soci sinó la quota haurà de ser abonada.