

HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES 2019

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7.15	8.00	2	HIIT José	TONIFICACIÓ EVA	LES MILLS BODYPUMP CRISTINA	LES MILLS BODYBALANCE ANNA		
8.00	8.45	2	TONIFICACIÓ JOSÉ	IOGA ANGELES	TONIFICACIÓ EVA	MAT PILATES ANNA	tone EVA	
8.00	8.45	0		TBC EVA				
8.45	9.30	2	CARDIO TONO ANNA	tone ANGELES	AEROBIC EVA	POWER STRETCH ANNA	ZUMBA EVA	
8.45	9.30	0					LES MILLS BODYBALANCE ANNA	
9.00	9.30	0		TRX 30 CRISTINA		TRX 30 CRISTINA		
9.30	10.30	2	GAC FUSIÓ JOSÉ	MAT PILATES ANGELES	TBC EVA	POSTURAL FIT ANNA	TONIFICACIÓ EVA	
9.30	10.30	0			POWER STRETCH ANNA		MAT PILATES ANNA	
9.30	10.30	CYCLING		CYCLING JOSÉ		CYCLING JOSÉ		
9.45	10.30	2						GAC ELISABET / GUILLEM
10.00	11.00	0		TAI TXI ANDREA			TAI TXI ANDREA	
10.00	10.45	PISCINA		AQUA GYM		AQUA GYM		
10.30	11.15	2	GYM SUAU ANGELES		GYM SUAU ANGELES		MANTENIMENT EVA	
10.30	11.30	2						TONIFICACIÓ ELISABET / GUILLEM
11.00	13.00	2		FLAMENCO PEPA				
11.15	12.15	2	MAT PILATES ANGELES		MAT PILATES ANGELES			
11.30	12.30	CYCLING						CYCLING ELISABET / GUILLEM
12.15	13.00	2			HIPOPRESSIUS CRISTINA			
12.30	13.30	2						IOGA JOSEP
13.00	14.00	2		SEVILLANAS PEPA				
14.00	15.00	2			TONO STRETCH JORDI			
14.00	15.00	OUTDOOR		OUTDOOR TRAINING JORDI		OUTDOOR TRAINING JORDI		
14.15	15.15	2		LES MILLS BODYPUMP CRISTINA		LES MILLS BODYPUMP CRISTINA		
14.15	15.15	CYCLING	CYCLING DANI		CYCLING DANI		CYCLING DANI	
14.30	15.30	2	IOGA JOSEP				IOGA JOSEP	
16.30	17.15	2		GYM SUAU ANNA		GYM SUAU ANNA		
17.00	18.00	2					TONIFICACIÓ JORDI	
18.00	19.00	2	TONIFICACIÓ JOSÉ	MAT PILATES KELLY	GAC JOSÉ	MAT PILATES ANGELES	ESTIRAMENTS JORDI	
18.00	19.00	0	LES MILLS BODYBALANCE JORDI		LES MILLS SHBAM JORDI			
19.00	20.00	2	IOGA JOSEP	LES MILLS SHBAM ANNA	IOGA JOSEP	TONIFICACIÓ ANNA	IOGA JOSEP	
19.00	20.00	0	tone JORDI	TRX 60 José	MAT PILATES JORDI			
20.00	21.00	CYCLING	CYCLING DANI	CYCLING JOSÉ	CYCLING DANI	CYCLING DANI		
20.00	21.00	0	HIIT José	CARDIO TONO ANNA	LES MILLS BODYPUMP JOSE	LES MILLS SHBAM ANNA		

Ubicació: Wellness Center

Planta 0: Sala 2 · Planta -1: CYCLING · Planta -1: Sala 0

E-mail de suggeriments: activitatsdirigides@rctb1899.es