

ACTIVITATS A L'AIRE LLIURE

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MATI	7:15 a 8 h CYCLING	7:15 a 8 h TONIFICA'T	7:15 a 8 h CYCLING	7:15 a 8 h TONIFICA'T	7:15 a 8 h CYCLING
	10 a 10:30 h FUNCIONAL	9:30 a 10:30 H DUATLÓ	10 a 10:30 h FUNCIONAL	9:30 a 10:15 h GAC	10 a 10:30 h FUNCIONAL
	10:30 a 11:15 h ACTIVA'T	10:30 a 11:15 h ACTIVA'T	10:30 a 11:15 h ACTIVA'T	10:30 a 11:15 h ACTIVA'T	10:30 a 11:15 h ACTIVA'T
	10:45 a 11:30 h TONIFICA'T	11:30 a 12:15 h GAC	11:30 a 12:15 h ACTIVA'T	11:15 a 11:45 h FUNCIONAL	10:45 a 11:30 h GAC
	11:30 a 12:15 h ACTIVA'T	11:30 a 12:15 h ACTIVA'T	12:30 a 12:45 h XPRESS ' 15	11:30 a 12:15 h ACTIVA'T	11:30 a 12:15 h ACTIVA'T
	12:30 a 12:45 h XPRESS ' 15	12:30 a 12:45 h XPRESS ' 15		12:30 a 12:45 h XPRESS ' 15	12:30 a 12:45 h XPRESS ' 15
MIGDIA	13:30 a 14:00 h FUNCIONAL	13:30 a 14:00 h GAC	14 a 14:30 h FUNCIONAL	14:15 a 15:00 h GAC	14:15 a 15:00 h FUNCIONAL
TARDA	17:30 a 18 h GAC	17:30 a 18 h STEP-TONO	17:15 17:30 h XPRESS ' 15	17:30 a 18 h GAC	17:15 17:30 h XPRESS ' 15
	18 a 18:30 h FUNCIONAL	18 a 18:15 h XPRESS ' 15	17.30 a 18 h GAC	18:00 a 19 h ZUMBA	17:30 a 18 h GAC
	18:00 a 19 h ZUMBA	18:15 a 19 h GIMNÀSTICA RH	18:15 a 18:45 h FUNCIONAL	18:15 a 18:45 h FUNCIONAL	18 a 18:30 h FUNCIONAL
	18:30 a 19:15 h TONIFICA'T	18:15 a 18:45 h FUNCIONAL	18:15 a 19 h TONIFICA'T	19:15 a 20 h CYCLING	19 a 19:15 h XPRESS ' 15
	19:15 a 20 h CYCLING	19:15 a 20 h TONIFICA'T	19:15 a 20 h CYCLING	19:15 a 20 h GIMNÀSTICA RH	
	19:15 a 19:45 h FUNCIONAL	19:30 a 20:15 h CYCLING	19:30 a 20 h FUNCIONAL	19:15 a 20 h TONIFICA'T	
20 a 20:15 h XPRESS ' 15	20 a 20:15 h XPRESS ' 15	20:30 a 20:45 h XPRESS ' 15	20 a 20:15 h XPRESS ' 15		

Totes les activitats es faran als espais exteriors deL Club.
 Us recomanem l'ús de roba adequada per temperatures baixes.
 Durant les activitats la mascareta serà obligatoria
 En cas de pluja no hi haurà activitat



Consulta l'horari de les classes al teu mòbil