

# DILLUNS

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
07:15h	25'	GAC	Activfont
07:45h	25'	Hipopressius	Activfont
08:15h	50'	TRX	Activfont
09:30h	50'	Tonificació	Activfont
10:30h	30'	Mobility	Activfont
11:00h	50'	AquaDolça	Aquafont
12:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
13:45h	40'	HIIT	Activfont
14:25h	20'	Hipopressius	Activfont
15:30h	50'	Bodypump	Activfont
17:30h	60'	Cal·listènia	Activfont
18:30h	45'	Tonificació	Activfont
19:00h	60'	Pilates	Zenfont
19:15h	50'	Aqua-GAC	Aquafont
19:30h	55'	Bodypump	Activfont
19:30h	50'	Spinning	Bikefont
20:00h	75'	Marxa Nòrdica	Exterior

# DIMARTS

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
06:45h	55'	loga	Activfont
07:45h	55'	loga	Activfont
09:30h	50'	Aqua-To	Aquafont
13:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
13:45h	50'	GAC	Activfont
15:30h	50'	Spinning	Bikefont
17:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
18:00h	50'	Virtual Spinning	Bikefont
18:00h	50'	Hipo-pilates	Activfont
19:00h	30'	GAC	Activfont
19:00h	50'	Spinning	Bikefont
19:00h	60'	Vinyasa loga (Iniciació)	Zenfont
19:45h	50'	Poolbiking	Aquafont
20:00h	50'	HIIT	Activfont
20:00h	50'	Spinning	Bikefont
20:00h	60'	Vinyasa loga (Avançat)	Zenfont
20:00h	50'	Running	Exterior

# DIMECRES

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
07:15h	50'	Spinning	Bikefont
08:15h	50'	HIIT	Activfont
09:30h	55'	Bodypump	Activfont
11:00h	50'	AquaDolça	Aquafont
13:45h	55'	Bodypump	Activfont
15:30h	30'	GAC	Activfont
16:00h	20'	Hipopressius	Activfont
18:15h	45'	Zumba	Activfont
19:00h	45'	Virtual Spin	Bikefont
19:00h	60'	Vinyasa loga (Avançat)	Zenfont
19:15h	50'	Aqua-To	Aquafont
20:00h	50'	Spinning	Bikefont
20:00h	75'	Marxa Nòrdica	Exterior
20:15h	60'	Cal·listènia	Activfont

# DIJOUS

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
06:45h	25'	TRX	Activfont
07:15h	30'	Tonificació	Activfont
09:30h	60'	Pilates	Activfont
11:00h	50'	AquaDolça	Aquafont
11:00h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
13:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
13:45h	50'	Spinning	Bikefont
15:30h	30'	HIIT	Activfont
16:00h	20'	Estiraments	Activfont
17:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
17:30h	60'	Cal·listènia	Activfont
18:30h	25'	GAC	Activfont
19:00h	25'	Hipopressius	Activfont
19:30h	50'	Poolbike	Aquafont
19:30h	60'	Hatha-loga	Zenfont
19:30h	25'	T-Bow	Activfont
20:00h	50'	Spinning	Bikefont
20:00h	50'	Running	Exterior

# DIVENDRES

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
08:15h	50'	Zumba	Activfont
09:30h	50'	Zumba	Activfont
11:00h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
12:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
13:00h	30'	Virtual Bodypump	Activfont
13:45h	30'	TRX	Activfont
14:15h	20'	Postural	Activfont
15:30h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
18:00h	50'	Tonificació	Activfont
19:00h	50'	Spinning	Bikefont
19:00h	90'	Defensa Personal	Activfont

# DISSABTE

HORA	TEMPS	ACTIVITAT	ESPAI
09:30h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
11:00h	50'	Virtual Spinning	Bikefont
12:00h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
16:00h	45'	Virtual Bodypump	Activfont
17:00h	45'	Virtual Bodypump	Activfont

## Horaris Cal Font Wellness Centre:

- Dilluns a divendres: de 06:00h a 22:00h
- Dissabtes: de 09:00h a 19:00h
- Diumenges: de 09:30h a 13:30h