

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
06:30 T-BOW	06:30 SPINNING	06:30 TRX	06:30 BODYPUMP	06:30 FUNCIONAL
	07:30 GAC		07:30 TRX	07:30 TONIFICACIÓ
08:00 BODYPUMP	08:00 BODYBALANCE	08:00 HIIT	08:00 HIPO-PILATES	08:00 SPINNING
	09:30 AQUA-TO	09:30 GAC	09:30 BODYBALANCE	09:30 TRX-ABDOMINALS
09:30 FIT-SÈNIOR		09:30 FIT-SÈNIOR		
	10:30 BODYPUMP			
		10:30 MOBILITY-SÈNIOR	10:30 HIPO-PILATES	10:30 FIT-SÈNIOR
10:30 AQUA-DOLÇA		10:30 FIT-SÈNIOR	10:30 AQUA-DOLÇA	
11:00 AQUA-DOLÇA		11:00 AQUA-DOLÇA	11:00 AQUA-DOLÇA	
13:45 HIIT	13:45 BODYPUMP	13:45 STEPS	13:45 BODYBALANCE	13:45 TRX
			13:45 SPINNING	
15:30 GAC	15:30 SPINNING	15:30 BODYPUMP	15:30 FUNCIONAL	15:30 VINYASA IOGA*
				17:45 PILATES
18:00 FUNCIONAL	18:00 BODYPUMP	18:00 ZUMBA	18:00 GAC	18:00 HIIT
	18:00 HIPO-PILATES	18:00 MOBILITY-ABDOM	18:00 HIPO-PILATES	
18:30 BODYBALANCE				
19:00 TRX TONIFICACIÓ	19:00 ZUMBA	19:00 HIIT	19:00 BODYPUMP	19:00 SPINNING
	19:00 VINYASA IOGA*		19:00 HATHA-IOGA	
19:15 POOLBIKE	19:15 AQUA-TO		19:15 POOLBIKE	
		19:15 AQUA-TBC		
		19:15 VINYASA IOGA**		
19:30 SPINNING	19:30 SPINNING	19:15 SPINNING		
19:30 PILATES				
20:00 MARXA NÒRDICA	20:00 VINYASA IOGA**	20:00 TONIFICACIÓ	20:00 SPINNING	
	20:00 BODYPUMP	20:00 MARXA NÒRDICA	20:00 ZUMBA	
	20:00 NÒRDIC FITNESS			
20:15 FUNCIONAL BOXA				

ACTIVFONT
BIKEFONT
AQUAFONT
ZENFONT
EXTERIÒR

*vinyasa ioga iniciació
 **vinyasa ioga avançat
 Totes les classes tenen una duració de 50