HORARI SETMANA SANTA

	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18	DISSABTE 19
6:45	CICLO FRAN 3	BODYPUMP MARIO 2	CICLO J.RIBA 3			
8:00	AQUAGYM FRAN P BODYPUMP MARIO	AQUAGYM FRAN P PILATES MARIO 1	AQUAGYM CAROL P	PILATES J.RIBA 1		
9:00	AQUAGYM FRAN P	AQUAGYM SÍLVIA P	AQUAGYM CAROL P	AQUAGYM SÍLVIA P		
9:30	FUNCIONAL MARIO 2 IOGA MANUEL 1	ZUMBA SARA 2 CORE MARIO 1	BODYPUMP MARIO 2 CICLO PICOLA 3	ZUMBA SARA 2 CORE J.RIBA 1		
10:30	HIPOS 30' MARIO 1					
13:30						
15:30	ZUMBA SARA 2 AQUAGYM CAROL P	BODYPUMP MARIO 2 CICLO J.RIBA 3	ZUMBA SARA 2 AQUAGYM CAROL P	CICLO J.RIBA 3		
16:30		HIPOS 30' MARIO 2				
17:30	CORE MARIO 2					
18:00	BODYPUMP MARIO 2	IOGA J.RIBA 1 ZUMBA SARA 2	CORE MARIO 2			
18:30	ESTIRAMENTS PICOLA		IOGA J.RIBA 1 FUNCIONAL MARIO 2			
19:00	FUNCIONAL MARIO CICLO POL 3	GAC SANDRA 2 CICLO FRAN 3 PILATES J.RIBA 1	CICLO POL 3			
19:30	AQUAGYM PICOLA P SWIMMING CAROL P	AQUAGYM CAROL P	BODYPUMP MARIO 2 ESTIRAMENTS PICOLA 1 AQUAGYM CAROL P			
20:00	BODYCOMBAT SANDRA 2 CICLO POL 3	ABDOMINALS FRAN 2 CICLO J.RIBA 3	CICLO POL 3			
20:30		FUNCIONAL FRAN 2				
21:00	GAC SANDRA 2	AQUAGYM CAROL P				

VÀLID DEL 14 AL 20 D'ABRIL DE 2025

El programa pot modificar-se en funció de l'oferta i la demanda.En períodes vacacionals, el programa es modificarà. La durada d'una sessió és de 55 minuts, excepte ciclo infinit i activitats d'aigua 45 minuts i el running de les 20:00h 90 minuts.
No és permès participar a l'activitat un cop començada, com tampoc abandonar-la abans de la seva finalització. Si una sessió no arribés al mínim de participants exigits de forma continuada, es reserva el dret d'anul·lar-la. És obligatori portar calçat d'ús exclusiu per fer activitat i tovallola.
En benefici de tots els usuaris i per la seva seguretat, els participants a les activitats dirigides esperaran el començament de l'activitat fora de la sala.

- ENTRENAMENT D'AIGUA
- ENTRENAMENT PER LA MILLORA FÍSICA
- ENTRENAMENT DE FORÇA I RESISTÈNCIA
- ENTRENAMENT CARDIOVASCULAR
- CLUB RUNNING EXTERIOR
- INICIACIÓ AL PÀDEL