

CLASSES DIRIGIDES TEMPORADA 2023-2024

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
7:15-8:00	HIIT (Montse)	CYCLING (Montse)	BODY PUMP (Montse)	CYCLING (Montse)	
9:00-9:45	EN FORMA (Montse)	TONIFICACIÓN (Montse)	MIND BODY (Montse)	GAP (Montse)	MANTENIMENT (Montse)
10:00-10:45	REEDUCACIÓ POSTURAL (Montse)	PILATES (Montse)	ESQUENA SANA (Montse)	PILATES (Montse)	ESTIRAMENTS (Montse)
11:00-11:45	AQUAGYM (Montse)	AQUAGYM (Montse)	GIM SUAU (Montse)	AQUAGYM (Montse)	AQUAGYM (Montse)
12:30-13:15					
14:15-15:00	TONO STEP (Marco)	CYCLING (Montse)	FIT PUMP (Marco)	HIIT (Montse)	MIND BODY (Montse)
15:30-16:15	AQUAGYM (Alena)		AQUAGYM (Alena)		
17:15-18:00	ZUMBA KIDS	ZUMBA KIDS	ZUMBA KIDS	ZUMBA KIDS	
18:00-18:45	MIND BODY (Marco)	PILATES (Alena)	MIND BODY (Marco)	PILATES (Alena)	
19:00-19:45	FIT PUMP (Marco)	TONIFICACIÓN (Montse)	TBC (Marco)	GAP (Marco)	
19:00-19:45		AQUAGYM (Alena)			
19:30-20:15				AQUAHIIT (Vanessa)	
19:45-20:30	FIT COMBAT (Marco)		FIT PUMP (Marco)		
20:00-20:45		ZUMBA (Montse)		CYCLING (Marco)	

HORARI GIM: DILLUNS, DIMARTS, DIMECRES I DIJOUS 07.15H – 22H DIVENDRES 08.00H – 21H

TLF CONTACTE: 601 98 18 87 - 93 531 25 27

*Es poden produir canvis en l'horari durant la resta del any per a garantir la satisfacció de les clientes.