

CLASSES DIRIGIDES TEMPORADA 2023-2024

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

*Les classes de cycling de les 7.15h comencen a partir de l'octubre.

**La classe del zumba dels dimarts a les 20.00h serà substituït per classes de GAP durant el setembre.

***Les classes de divendres tarda començaran al mes d'octubre.

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

Les classes de ioga començaran a partir del dia 18 de setembre.