

Horaris Gimnàs - Classes dirigides

Juliol 2026



INICI	FINAL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	INICI
8:30	9:20	PEB		IOGA 8:20 a 9:20 h	FITNESS TOTAL	IOGA iniciació 8:20 a 9:20 h	8:30
9:30	10:20			TÈCNIC SALA			9:30
9:30	10:20	FITNESS TOTAL	STEP/GAP	CNB DANCE	PEB	ESQUENA SANA	9:30
10:30	11:15	CICLO	PILATES	CICLO	CNB DANCE	CICLO	10:30
11:30	12:20	GIMNÀSTICA D'OR		GIMNÀSTICA D'OR		GIMNÀSTICA D'OR	11:30
17:00	17:45	TÈCNIC SALA	CICLO		CICLO	TÈCNIC SALA	17:00
18:00	18:45	CICLO	STEP/GAP	FITBALL	CICLO	CICLO	18:00
19:00	19:50	PILATES	FITNESS TOTAL	CICLO	GAP	CIRCUIT CROSS	19:00
20:00	20:50	CIRCUIT CROSS	CICLO	PILATES	FITNESS TOTAL	ESQUENA SANA	20:00

- DISSABTE DE LES 12- 13H **IOGA**
- DIUMENGE DE LES 9:30 - 10:30 H **IOGA INICIACIÓ**