


ACTIVITATS DIRIGIDES - HORARI PROVISIONAL - A PARTIR DEL 06/04

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
8:00		08:00 - 08:45 POWER PILATES Sala Dirigides DANIIL		08:00 - 09:00 VINYASA IOGA Sala Dirigides DANIIL			
9:00	09:30 - 10:15 TONIFICACIÓ Sala Dirigides JOSY	09:30 - 10:15 HATHA IOGA Sala Dirigides MERY	09:30 - 10:15 GAC Sala Dirigides JOSY	09:15 - 10:00 CICLO - OUTDOOR Sala Dirigides SEBAS	09:30 - 10:15 ZUM - DANCE Sala Dirigides VALERIA	09:30 - 10:15 TONIFICACIÓ Sala Dirigides YOSY	09:30 - 10:15 TONO - STRONG Sala Dirigides VALERIA
10:00	10:30 - 11:15 BALANCE Sala Dirigides JOSY	10:30 - 11:30 GOALING SÈNIOR Sala Dirigides MERY	10:30 - 11:15 FIT PILATES Sala Dirigides JOSY	10:15 - 11:15 GOALING SÈNIOR Sala Dirigides SEBAS	10:30 - 11:15 BENESTAR D'ESQUENA Sala Dirigides VALERIA	10:30 - 11:15 FIT PILATES Sala Dirigides YOSY	10:30 - 11:15 ABD + STRETCHING Sala Dirigides VALERIA
11:00							 <p>L'HORARI I L'ESPAI DE LES ACTIVITATS DIRIGIDES POT VARIAR SENSIBLEMENT ALGUN DIA, QUAN FEU LA RESERVA A "MI CLUB ONLINE", CONSULTEU SEMPRE EL CORRECTE</p> <p>ELS CONVIDATS S'HAN DE GESTIONAR A LA SECRETARIA DEL CLUB.</p>
16:30							
17:30	17:30 - 18:15 TONIFICACIÓ Sala Dirigides JOSY	17:30 - 18:15 TONIFICACIÓ Sala Dirigides VALERIA	17:30 - 18:15 CICLO - OUTDOOR Varadero JORDI ALAMAN	17:15 - 18:00 NAUTIC ZUM - TONO Sala Dirigides JOSY	17:30 - 18:15 PILATES Sala Dirigides LANA		
18:15	18:15 - 19:00 BALANCE Sala Dirigides JOSY	18:30 - 19:15 TONIFICACIÓ Sala Dirigides VALERIA	18:30 - 19:15 CICLO - OUTDOOR Varadero JORDI ALAMAN	18:00 - 18:45 FLAS Sala Dirigides JOSY	18:15 - 19:15 IOGA Sala Dirigides LANA		
19:00	19:00 - 19:45 CICLO - OUTDOOR Sala Dirigides SEBAS			19:00 - 19:45 CROSS TRAINING Sala Dirigides JOSY			
19:30		19:30 - 20:15 FIT PILATES Sala Dirigides VALERIA					
20:00	20:00 - 20:45 CICLO - OUTDOOR Sala Dirigides SEBAS						