

ACTIVITATS DIRIGIDES SETMANA SANTA 2019

MATI

C
L
U
B

T
A
N
C
A
T

	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19 I DISSABTE 20	DIUMENGE 21	DILLUNS 22
6:00		CICLISME VIRTUAL 06:15-07:00h SALA CICLISME					
7:00	FUNCIONAL 07:00-07:30h SALA MUSCULACIÓ	ZUMBA 07:00-07:45h SALA 1	CICLISME INDOOR 07:00-07:45h SALA CICLISME				
	BODYPUMP 07:00-07:45h SALA 1						
8:00	INDOOR WALKING 08:00-08:35h SALA EL-LIPTIQUES	HIOPRESSIUS 08:00-08:30 SALA 2	FUNCIONAL 08:00-08:30h SALA MUSCULACIÓ	CICLISME VIRTUAL 08:00-08:45h SALA CICLISME		INDOOR WALKING VIRTUAL 08:00-08:35h SALA EL-LIPTIQUES	
	AQUASALUS 08:00-08:45 PIS.LÚDICA	AQUASALUS 08:00-08:45 PIS.LÚDICA	INDOOR WALKING VIRTUAL 08:00-08:35h SALA EL-LIPTIQUES				
		BODYPUMP 08:00-08:45h SALA 1	AQUASALUS 08:00-08:45 PIS.LÚDICA				
			ZUMBA 08:00-08:45h SALA 1				
9:00	INDOOR WALKING VIRTUAL 09:00-09:35h SALA EL-LIPTIQUES	INDOOR WALKING VIRTUAL 09:00-09:35h SALA EL-LIPTIQUES	AQUAGYM 09:15-10:00 PISC 50			CICLISME VIRTUAL 09:00-09:45h SALA CICLISME	INDOOR WALKING VIRTUAL 09:00-09:35h SALA EL-LIPTIQUES
	ZUMBA 09:15-10:00h SALA 1	TONIFICACIÓ 09:15-10:00h SALA 1	FITBALL PILATES 09:15-10:15h TATAMI	CICLISME VIRTUAL 09:30-10:15h SALA CICLISME			
	CICLISME VIRTUAL 09:15-10:00h SALA CICLISME	AQUAGYM 09:15-10:00 PISC 50	IOGA 09:15-10:30h SALA 2				
	AQUAGYM 09:15-10:00 PISC 50	PILATES 09:15-10:15 SALA 2	CX 09:30-10:00h SALA 1				
	PILATES 09:15-10:15 SALA 2	CICLISME VIRTUAL 09:30-10:15h SALA CICLISME	CICLISME INDOOR 09:30-10:15h SALA CICLISME				
10:00	TONIFICACIO 10:15-11:00 SALA 1	INDOOR WALKING 10:30-11:00h SALA EL-LIPTIQUES	INDOOR WALKING VIRTUAL 10:00-10:30h SALA EL-LIPTIQUES	INDOOR WALKING VIRTUAL 10:00-10:35h SALA EL-LIPTIQUES			
	HIOPRESSIUS 10:30-11:00h TATAMI	GYM POSTURAL 10:30-11:15h SALA 1	BODYPUMP 10:15-11:15h SALA 1				
	INDOOR WALKING VIRTUAL 10:30-11:05h SALA EL-LIPTIQUES		HIOPRESSIUS 10:30-11:00h TATAMI				
			IOGA 10:45-12:00h SALA 2				
11:00	CICLISME VIRTUAL 11:00-11:45h SALA CICLISME	CICLISME VIRTUAL 11:15-12:00h SALA CICLISME	CICLISME VIRTUAL 11:00-11:45h SALA CICLISME	CICLISME VIRTUAL 11:15-12:00h SALA CICLISME		TBC 11:30-12:15h SALA 1	CICLISME VIRTUAL 11:00-11:45h SALA CICLISME
	FIT SENIOR 11:30-12:15h SALA 1		FIT SENIOR 11:30-12:15h SALA1				
12:00		INDOOR WALKING VIRTUAL 12:00-12:35h SALA EL-LIPTIQUES	INDOOR WALKING VIRTUAL 12:00-12:35h SALA EL-LIPTIQUES	INDOOR WALKING VIRTUAL 12:00-12:35h SALA EL-LIPTIQUES		CICLISME INDOOR 12:30-13:15h SALA CICLISME	
		CICLISME VIRTUAL 12:30-13:15h SALA CICLISME	CICLISME VIRTUAL 12:00-12:45h SALA CICLISME				
13:00	CICLISME VIRTUAL 13:30-14:15h SALA CICLISME		CICLISME VIRTUAL 13:30-14:15h SALA CICLISME			INDOOR WALKING VIRTUAL 13:30-14:05h SALA EL-LIPTIQUES	CICLISME VIRTUAL 13:30-14:15h SALA CICLISME
14:00		CICLISME VIRTUAL 14:30-15:15h SALA CICLISME		CICLISME VIRTUAL 14:30-15:15h SALA CICLISME			

ACTIVITATS DIRIGIDES SETMANA SANTA 2019

TARDA

	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19 I DISSABTE 20	DIUMENGE 21	DILLUNS 22
15:00	BODYPUMP 15:15-16:15h SALA 1	HIOPRESSIUS 15:15-15:45 SALA 2	CIRCUIT AQUATIC 15:30-16:00h PIS.LÚDICA				
	CIRCUIT AQUATIC 15:30-16:00 PIS.LÚDICA	ZUMBA 15:15-16:00h SALA 1	CICLISME VIRTUAL 15:30-16:15h SALA CICLISME				
	CICLISME INDOOR 15:30-16:15h SALA CICLISME						
16:00		STRETCHING 16:00-16:45 SALA 2	GAC 16:15-17:00h SALA 1				
17:00	INDOOR WALKING 17:00-17:45h SALA EL-LIPTIQUES	BODYPUMP 17:00-18:00h SALA 1	INDOOR WALKING VIRTUAL 17:00-17:35h SALA EL-LIPTIQUES				
	GAC 17:00-17:45h SALA 1	PILATES 17:00-18:00 SALA 2	HIOPRESSIUS 17:15-17:45 SALA 2				
	HIOPRESSIUS 17:15-17:45 SALA 2	FUNCIONAL 17:30-18:00h SALA MUSCULACIÓ	BODYCOMBAT EXPRES 17:15-18:00h SALA 1				
		CICLISME INDOOR 17:30-18:15h SALA CICLISME					
18:00	ZUMBA 18:00-18:45h SALA 1	INDOOR WALKING 18:00-18:45h SALA EL-LIPTIQUES	BODYPUMP 18:15-19:15h SALA 1				
	FUNCIONAL 18:30-19:00h SALA MUSCULACIÓ	CX 18:15-18:45h SALA 1	FUNCIONAL 18:30-19:00h SALA MUSCULACIÓ				
	CICLISME INDOOR 18:30-19:15h SALA CICLISME	IOGA 18:15-19:30h SALA 2	CICLISME INDOOR 18:30-19:15h SALA CICLISME				
		CICLISME INDOOR 18:30-19:15h SALA CICLISME					
19:00	BODYPUMP 19:00-20:00h SALA 1	FUNCIONAL 19:00-19:30h SALA MUSCULACIÓ	INDOOR WALKING VIRTUAL 19:00-19:35h SALA EL-LIPTIQUES				
	INDOOR WALKING 19:00-19:45h SALA EL-LIPTIQUES	TONIFICACIÓ 19:00-19:45h SALA 1	CICLISME INDOOR 19:30-20:15h SALA CICLISME				
	FUNCIONAL 19:30-20:00h SALA MUSCULACIÓ	CICLISME INDOOR 19:30-20:15h SALA CICLISME					
	CICLISME INDOOR 19:30-20:15h SALA CICLISME	IOGA 19:45-20:30h SALA 2					
20:00	PILATES 20:00-21:00 SALA 2	INTERVAL TRAINING 20:00-20:45h SALA 1	FUNCIONAL 20:00-20:30h SALA MUSCULACIÓ				
	AQUAGYM 20:15-21:00h PISC 50	INDOOR WALKING 20:00-20:45h SALA EL-LIPTIQUES	PILATES 20:00-21:00 SALA 2				
	BODYCOMBAT 20:15-21:15h SALA 1	AQUASALUS 20:15-21:00h PIS.LÚDICA	AQUASALUS 20:15-21:00h PIS.LÚDICA				
	CICLISME INDOOR 20:30-21:15h SALA CICLISME	CICLISME VIRTUAL 20:30-21:15h SALA CICLISME	ZUMBA 20:15-21:00h SALA 1				
			CICLISME INDOOR 20:30-21:15h SALA CICLISME				
21:00		PILATES PLUS 21:00-22:00 SALA 2	CICLISME VIRTUAL 21:30-22:15h SALA CICLISME				

C
L
U
B

T
A
N
C
A
T