



Horaris d'activitats dirigides

del 28 de juliol al 3 d'agost de 2025

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:10	7:55	Sala 2	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING		
8:00	8:45	Piscina			AIGUAGIM				
9:00	9:15	Fitness		SIXPACK		SIXPACK			
9:15	9:45	Sala 1			LES MILLS CORE				
9:15	10:00	Piscina	AIGUAGIM				AIGUAGIM		
9:15	10:00	Sala 2	ZUMBA fitness						
9:15	10:15	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP				BODY BURN		
9:20	10:05	Sala 2		CYCLING		CYCLING			
9:30	10:15	Piscina		AIGUAGIM					
10:00	10:30	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP				
10:00	10:45	Sala 1				PILATES			
10:15	10:45	Sala 2		HIPOPRESSIUS					
10:15	11:00	Piscina			AIGUAGIM				
10:20	11:05	Sala 2	CYCLING						
10:30	11:15	Sala 1	PILATES				ESTIRAMENTS		
10:30	11:15	Sala 2					VIRTUALCYCLING		
10:30	11:30	Sala 1		LES MILLS BODYBALANCE					
10:45	11:15	Sala 1			ESTIRAMENTS	HIPOPRESSIUS			
13:30	14:15	Sala 2	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING		
14:30	15:15	Piscina			AIGUAGIM				
14:45	15:30	Piscina	AIGUAGIM						
15:15	16:00	Sala 2	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING	VIRTUALCYCLING		
15:15	16:15	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP					
16:30	17:15	Sala 2		VIRTUALCYCLING					
17:00	17:45	Sala 2	VIRTUALCYCLING						
17:30	18:00	Sala 1	LES MILLS CORE	HIIT		HIIT			
17:45	18:45	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP				
18:00	18:15	Fitness		SIXPACK		SIXPACK			
18:00	18:45	Sala 2	PILATES	CYCLING					
18:00	19:00	Sala 1	è-FIGHT						
18:30	19:15	Sala 2				CYCLING			
18:30	19:30	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP					
18:45	19:45	Sala 1			è-FIGHT				
19:00	19:45	Sala 1	OMGlute						
19:00	19:45	Sala 2	CYCLING	PILATES	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING		
19:30	20:15	Piscina				AIGUAGIM			
19:35	20:05	Sala 1		BODY BURN					
19:45	20:30	Sala 1	IOGA						
20:00	20:45	Piscina		AIGUAGIM					
20:15	21:00	Sala 2		VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING			
20:25	21:10	Sala 2	VIRTUALCYCLING		VIRTUALCYCLING				

Activitats a partir de 14 anys

SEMPRE AL TEU RITME

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari o per causes alienes al centre, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució.