



Horaris d'activitats dirigides

a partir del 8 de setembre de 2025

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:10	7:55	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
8:00	8:45	Piscina			AIGUAGIM		AIGUAGIM		
8:15	9:00	Piscina	AIGUAGIM						
8:55	9:10	Fitness		SIXPACK					
9:00	9:15	Fitness				SIXPACK			
9:15	9:45	Sala 1			CORE				
9:15	10:00	Sala 1				PILATES			
9:15	10:00	Sala 2	ZUMBA fitness						
9:15	10:00	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM			AIGUAGIM		
9:15	10:15	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP				BODY BURN		
9:20	10:05	Sala 2		CYCLING		CYCLING			
10:00	10:30	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP				
10:00	10:45	Sala 1				GIMSUAU			
10:00	10:45	Piscina			AIGUAGIM				
10:15	10:45	Sala 2		HIPOPRESSIUS		HIPOPRESSIUS			
10:15	11:00	Sala 2	CYCLING					VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:15	11:15	Sala 1		LES MILLS BODYBALANCE					
10:30	11:15	Sala 1	PILATES				ESTIRAMENTS		
10:30	11:15	Sala 2					CYCLING		
10:45	11:15	Sala 1			ESTIRAMENTS				
10:45	11:15	Piscina			AIGUARELAX				
10:45	11:30	Sala 1				PILATES			
11:00	14:00	Piscina							AIGUA FAMILY
11:15	12:00	Sala 1		PILATES					
13:30	14:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
14:30	15:15	Piscina			AIGUAGIM				
14:45	15:30	Piscina	AIGUAGIM				AIGUAGIM		
15:15	16:00	Sala 1				ZUMBA fitness			
15:15	16:00	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
15:15	16:15	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYPUMP		
15:30	16:00	Sala 1			CORE				
16:30	17:15	Sala 2		VIRTUAL CYCLING					
17:00	17:45	Sala 2	VIRTUAL CYCLING						
17:30	18:00	Sala 1	CORE				CORE		
17:30	18:00	Fitness		HIIT		HIIT			
17:30	18:30	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP					
17:45	18:30	Sala 2			PILATES				
17:45	18:45	Sala 1			LES MILLS BODYPUMP				
18:00	18:15	Fitness		SIXPACK		SIXPACK			
18:00	18:45	Sala 2	PILATES	CYCLING		CYCLING	IOGA		
18:00	19:00	Sala 1	è-FIGHT			LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP		
18:30	19:15	Sala 1		OMGlute					
18:45	19:30	Sala 2			CYCLING				
18:45	19:45	Sala 1			è-FIGHT				
19:00	19:45	Sala 1	OMGlute			è-NERGY			
19:00	19:45	Sala 2	CYCLING	PILATES		CYCLING	VIRTUAL CYCLING		
19:15	20:15	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP					
19:45	20:15	Sala 1				OMGlute			
19:45	20:30	Piscina			AIGUAGIM				
20:00	20:45	Sala 1	IOGA		LES MILLS BODYBALANCE				
20:00	20:45	Sala 2		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING			
20:15	21:00	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM		AIGUAGIM			
20:25	21:10	Sala 2	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING				

Activitats a partir de 14 anys

Nova activitat

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.