Horaris de les sessions - DiR Esportiu Rocafort

Des del 5 d'octubre del 2026

Piscina

INICI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07.00							
15'		**Aqua DiR** 07.15 a 08.00 h		**Aqua DiR** 07.15 a 08.00 h			
30'							
45'							
08.00							
15'							
30'							
45'							
09.00							
15'							
30'							
45'							
10..00							
15'							
30'							
45'							
11.00		**Aqua DiR** 11.00 a 11.30 h		**Aqua DiR** 11.00 a 11.30 h			
15'							
30'							
45'							
12.00							
15'							
30'							
45'							
13.00	**Aqua DiR** 13.00 a 13.45 h		**Aqua DiR** 13.00 a 13.45 h				
15'							
30'							
45'							
14.00							
15'							
30'							
45'							
15.00							
15'							
30'							
45'							
16.00							
15'							
30'							
45'							
17.00							
15'							
30'							
45'							
18.00							
15'							
30'							
45'							
19.00							
15'							
30'							
45'							
20.00							
15'	**Aqua DiR** 20.15 a 21.00 h		**Aqua DiR** 20.15 a 21.00 h				
30'							
45'							
21.00							
15'							
30'							
45'							
22.00							
15'							
30'							
45'							

Sessions Intenses

Sessions sense coreografia

Sessions amb coreografia

La direcció de Fitness podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen.

Una sessió pot quedar anul.lada en cas d'impossibilitat material de realitzar-se. Aquests horaris poden ser modificats periòdicament i durant els mesos estius i setmanes de Nadal.