



Activitats Dirigides

INICI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07.00					
15					
30					
45					
08.00					
15					
30					
45					
09.00					
15					
30					
45					
09.00					
15					
30					
45					
10.00					
15					
30					
45					
10.00					
15					
30					
45					
10.00					
15					
30					
45					
11.00					
15					
30					
45					
11.00					
15					
30					
45					
11.00					
15					
30					
45					
12.00					
15					
30					
45					
13.00					
15					
30					
45					
14.00					
15					
30					
45					
15.00					
15					
30					
45					
18.00					
15					
30					
45					
18.00					
15					
30					
45					
19.00					
15					
30					
45					
19.00					
15					
30					
45					
19.00					
15					
30					
45					
20.00					
15					
30					
45					
20.00					
15					
30					
45					
20.00					
15					
30					
45					

- Sessions de ball
- Sessions CrossDIR
- Sessions Cuida't
- Sessions musculars
- Sessions d'alta intensitat
- Sessions de baixa intensitat
- Sessions de BOOTCAMP

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.