

**HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES 2018** Dilluns- divendres 7:00- 23:00 Dissabte 9:00- 20:00

	<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>	<b>DISABTE</b>
<b>7- 7:50</b>	TONIFICACIÓ Victòria		SPINNING Mònica	PILATES Isabel	EURO TONO/ ESTIRAMENTS Victòria	
<b>8- 8:50</b>	ZUMBA Victòria		TONIFICACIÓ Mònica		ZEN-BALANCE Victòria	
<b>9:10- 10</b>	PILATES Francesco	EURO PUMP Carlos	TBC Mònica	TONIFICACIÓ Victòria	GLOBAL TRAINING Victòria	
<b>10:10- 11</b>	EURO PUMP Victòria	HIPOPRESSIUS + ESTIRAMENTS Carlos	SPINNING Mònica	PILATES Victòria	ZUMBA Victòria	
<b>11:10- 12</b>	IOGA Emma		10:30-12 SEVILLANES* Manolo			SPINNING Corina
<b>12- 13:00</b>						12-12:30 ABDOMINALS Corina
<b>13:10-14</b>		13:30 GAC Carlos	TONIFICACIÓ Toni	PILATES Carlos		
<b>14:10- 15</b>	SPINNING Roger	TONIFICACIÓ Carlos	SPINNING Roger	EURO PUMP Carlos	TBC Isabel	
<b>15:10- 16</b>	EURO PUMP Roger	SPINNING Emma	GLOBAL TRAINING Silvia	SPINNING Emma	PILATES Isabel	
<b>16:10- 17</b>						
<b>17:10- 18</b>	PILATES Mònica	EURO PUMP Mònica		GAC Silvia		
<b>18:10- 19</b>	GAC Mònica	TBC Mònica	ZUMBA Victòria	PILATES Silvia	GLOBAL TRAINING Mònica	
<b>19:10- 20</b>	EURO PUMP Mònica	G. TRAINING Mònica	PILATES Victòria	ZUMBA Victòria	PILATES Mònica	
		SPINNING Manolo		19:30 SPINNING Corina		
<b>20:10- 21</b>	G. TRAINING Mònica	HIPOPRESSIUS + ESTIRAMENTS Mònica	ZUMBA Victòria	EURO PUMP Victòria		
	SPINNING Gerard		SPINNING Corina			
<b>21:05- 21:55</b>	SEVILLANES* Manolo	PILATES Mònica	EURO BALANCE Victòria			

