



Horaris d'activitats dirigides

setmana del 29 de desembre de 2025

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:15	8:10	Sala 1	BODY BURN		LES MILLS BODYPUMP	TANCAT CAP D'ANY	PILATES		
7:15	8:00	Sala 2	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
7:15	8:00	Piscina			AIGUAGIM				
7:15	8:10	Box		CROSSTRaining					
7:30	8:00	Sala 1		è-CORE					
8:15	9:00	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		AIGUAGIM		
8:30	9:10	Sala 1		PILATES					
8:30	9:25	Sala 1	PILATES		ZUMBA fitness		LES MILLS BODYPUMP		
8:30	9:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
9:15	10:00	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM		AIGUAGIM		
9:15	10:10	Box		PILATES					
9:30	10:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
9:30	10:25	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP	è-FIGHT	PILATES		BODY BURN		
9:30	10:15	Sala 1							
10:30	11:00	Sala 1	OMG!ute		è-CORE			VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:30	11:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
13:30	14:25	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP						
13:30	14:15	Sala 2			VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		
14:00	14:45	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING					
13:30	14:25	Box		BODY BURN				VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
15:15	16:00	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	CYCLING			VIRTUAL CYCLING		
15:15	16:10	Box	CROSSTRaining						
15:15	16:00	Piscina		AIGUAGIM			AIGUAGIM		
16:15	17:10	Sala 1		PILATES				VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
16:15	17:00	Piscina	AIGUAGIM						
17:00	17:55	Sala 1					ZUMBA fitness		
17:00	17:55	Box					CROSSTRaining		
17:30	18:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	CYCLING			VIRTUAL CYCLING		
18:00	18:45	Sala 1							
18:00	18:55	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP	PILATES			è-ENERGY		
18:00	18:55	Box	CROSSTRaining				PILATES		
18:00	18:30	Box		HIIT					
18:30	19:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	CYCLING			VIRTUAL CYCLING		
18:30	19:25	Box		CROSSTRaining					
19:00	19:55	Sala 1		LES MILLS BODYPUMP			LES MILLS BODYPUMP		
19:00	19:55	Box	PILATES						
19:00	19:45	Piscina		AIGUAGIM					
19:15	20:00	Sala 1	FITDANCE						
19:30	20:15	Sala 2	CYCLING						
19:30	20:25	Box		CROSSTRaining			CROSSTRaining		
19:30	20:15	Piscina	AIGUAGIM				AIGUAGIM		
19:45	20:30	Piscina		AIGUAGIM					
20:00	20:55	Sala 1		ZUMBA fitness					
20:05	20:20	Sala 1	SIXPACK						
20:15	20:30	Sala 2		SIXPACK					
20:30	21:15	Sala 2	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING			VIRTUAL CYCLING		
20:15	21:00	Piscina	AIGUAGIM						
20:30	21:00	Box		HIIT					
20:30	21:25	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP						
20:30	21:25	Box	CROSSTRaining						

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.