

### ACTIVITATS DIRIGIDES - SALA 2

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07:15	08:10	2	BODYPUMP VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	D-TOTAL BODY VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL
08:15	09:10	2	IOGA VIRTUAL	D-TOTAL BODY VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL	PILATES VIRTUAL	D-MOVE VIRTUAL
09:15	10:10	2	BODY PUMP	CUL 10 VIRTUAL	PILATES	APRIMA'T	D-TOTAL BODY VIRTUAL
10:15	11:10	2	IOGA DIR	CUL10/ZUMBA	TONIFICA'T	IOGA VIRTUAL	MOBILITY
11:15	12:10	2	CUL 10 VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL	D-TOTAL BODY VIRTUAL
12:15	13:10	2	BODYPUMP VIRTUAL	PILATES VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL	IOGA VIRTUAL
13:15	14:10	2	D-TOTAL BODY VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	PILATES VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL
14:15	15:00	2	TONIFICA'T	APRIMA'T/CUL10	ZUMBA	BODY PUMP	TONIFICA'T VIRTUAL
15:15	16:10	2	BODYPUMP VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	D-MOVE VIRTUAL	D-TOTAL BODY VIRTUAL
16:15	17:10	2	TONIFICA'T VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL
17:15	18:10	2	IOGA VIRTUAL	D-MOVE VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL	PILATES VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL
18:15	19:10	2	IOGA DIR	PILATES	TONIFICA'T VIRTUAL	ZUMBA	D-MOVE VIRTUAL
19:15	20:10	2	ZUMBA	BODY PUMP	PILATES	TONIFICA'T	PILATES VIRTUAL
20:15	21:10	2	BODY PUMP	BODYPUMP VIRTUAL	CUL10/ABDOMINALS	D-MOVE VIRTUAL	CUL 10 VIRTUAL
21:15	22:10	2	PILATES VIRTUAL	D-MOVE VIRTUAL	IOGA VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL	TONIFICA'T VIRTUAL

INICI	FI	SALA	DISSABTE
09:15	10:10	2	CUL 10 VIRTUAL
10:15	11:10	2	D-MOVE VIRTUAL
11:15	12:10	2	IOGA VIRTUAL
12:15	13:10	2	BODYPUMP VIRTUAL
13:15	14:10	2	PILATES VIRTUAL

## DiREBEL

## DIR/BOOTCAMP/

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15	10:00	3		FULLBODY			
14:30	15:15	3	FULLBODY		FULLBODY		FULLBODY
18:30	19:15	3	FULLBODY		FULLBODY		
19:30	20:15	3	FULLBODY		FULLBODY	FULLBODY	
20:30	21:15	3		FULLBODY			

- COREOGRAFIA DE NIVELL ALT
- COREOGRAFIA DE NIVELL MIG
- COREOGRAFIA DE NIVELL BÀSIC
- SENSE COREOGRAFIA D'INTENSITAT ALTA
- SENSE COREOGRAFIA D'INTENSITAT MITJANA
- SENSE COREOGRAFIA D'INTENSITAT BAIXA
- COS I MENT, SENSE COREOGRAFIA I INTENSITAT MITJANA
- COS I MENT, SENSE COREOGRAFIA I INTENSITAT BAIXA
- AQUÀTICS
- SÈNIORS
- EXTERIOR

PATROCINA

