

horari abonament 2019-2020

SPINCLUB/SPIN VIRTUAL

can llong

piscines carles ibars

SETMANA DEL 09 AL 15 DE MARÇ

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	HORARI	DISSABTE	DIUMENGE
06:00 - 06:25	...	SPIN VIRTUAL S2	...	SPIN VIRTUAL S2	...	06:00 - 06:25	...	
06:30 - 06:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	Competició	SPIN VIRTUAL S2	06:30 - 06:55	SPIN VIRTUAL S2	
07:00 - 07:25	Crema Greix	SPINCLUB S2 *	Aeròbica Alta	SPINCLUB S2 *	Crema Greix	07:00 - 07:25	Muntanya	SPIN VIRTUAL S2
07:30 - 07:55	SPIN VIRTUAL S2	Pau	SPIN VIRTUAL S2	Alex	SPIN VIRTUAL S2	07:30 - 07:55	SPIN VIRTUAL S2	Intervàlic
08:00 - 08:25	Crema Greix	SPIN VIRTUAL S2	Aeròbica Alta	SPIN VIRTUAL S2	Crema Greix	08:00 - 08:25	Muntanya	SPIN VIRTUAL S2
08:30 - 08:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	Competició	SPIN VIRTUAL S2	08:30 - 08:55	SPIN VIRTUAL S2	Intervàlic
09:00 - 09:25	Crema Greix	SPIN VIRTUAL S2	Aeròbica Alta	SPIN VIRTUAL S2	Crema Greix	09:00 - 09:25	Muntanya	SPIN VIRTUAL S2
09:30 - 09:55	SPINCLUB S2 *	Fartlek	SPINCLUB S2 *	Competició	SPINCLUB S2 *	09:30 - 09:55	SPIN VIRTUAL S2	Intervàlic
10:00 - 10:25	Sergio	SPIN VIRTUAL S2	Jessy	SPIN VIRTUAL S2	Marc	10:00 - 10:25	Muntanya	SPIN VIRTUAL S2
10:30 - 10:55	...	Fartlek	...	Competició	...	10:30 - 10:55	SPINCLUB S2 *	Intervàlic
11:00 - 11:25	NETEJA	NETEJA	NETEJA	NETEJA	NETEJA	11:00 - 11:25	Javi	SPIN VIRTUAL S2
11:30 - 11:55	SPIN VIRTUAL S2	...	SPIN VIRTUAL S2	...	SPIN VIRTUAL S2	11:30 - 11:55	SPIN VIRTUAL S2	Intervàlic
12:00 - 12:25	Crema Greix	SPIN VIRTUAL S2	Aeròbica Alta	SPIN VIRTUAL S2	Crema Greix	12:00 - 12:25	Muntanya	...
12:30 - 12:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	Competició	SPIN VIRTUAL S2	12:30 - 12:55	SPIN VIRTUAL S2	SPINCLUB S2 *
13:00 - 13:25	Crema Greix	SPIN VIRTUAL S2	Aeròbica Alta	SPIN VIRTUAL S2	Crema Greix	13:00 - 13:25	Muntanya	Pau
13:30 - 13:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	Competició	SPIN VIRTUAL S2	13:30 - 13:55	NETEJA	NETEJA
14:00 - 14:25	Crema Greix	SPIN VIRTUAL S2	Aeròbica Alta	SPIN VIRTUAL S2	Crema Greix	14:00 - 14:25	NETEJA	NETEJA
14:30 - 14:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	Competició	SPIN VIRTUAL S2	14:30 - 14:55	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2
15:00 - 15:25	Crema Greix	...	Aeròbica Alta	...	Crema Greix	15:00 - 15:25	Muntanya	Intervàlic
15:30 - 15:55	SPINCLUB S2 *	SPIN VIRTUAL S2	SPINCLUB S2 *	SPIN VIRTUAL S2	SPINCLUB S2 *	15:30 - 15:55	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2
16:00 - 16:25	Jessy	Fartlek	Sergio	Competició	Josep	16:00 - 16:25	Muntanya	Intervàlic
16:30 - 16:55	SPIN VIRTUAL S2	Fartlek	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	16:30 - 16:55	SPIN VIRTUAL S2	
17:00 - 17:25	Crema Greix	Fartlek	Aeròbica Alta	Competició	Crema Greix	17:00 - 17:25	Muntanya	
17:30 - 17:55	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	TRIATLÓ	17:30 - 17:55	SPIN VIRTUAL S2	
18:00 - 18:25	Crema Greix	Fartlek	Aeròbica Alta	Competició	TRIATLÓ	18:00 - 18:25	Muntanya	
18:30 - 18:55	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	TRIATLÓ	18:30 - 18:55	SPIN VIRTUAL S2	
19:00 - 19:25	Alex	Javi	Sergio	Cesc	TRIATLÓ	19:00 - 19:25	Muntanya	
19:30 - 19:55	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	19:30 - 19:55	SPIN VIRTUAL S2	...
20:00 - 20:25	Cesc	Marc	Cesc	Alberto	Alberto	20:00 - 20:25	Muntanya	
20:30 - 20:55	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPINCLUB S2 *	SPIN VIRTUAL S2	20:30 - 20:55	...	
21:00 - 21:25	Marc	Cesc	Angela	Angela	Crema Greix			
21:30 - 21:55	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2	SPIN VIRTUAL S2			
22:00 - 22:25	Crema Greix	Fartlek	Aeròbica Alta	Competició	Crema Greix			

- ♥ Intensitat i/o dificultat baixa
- ♥♥ Intensitat i/o dificultat mitja
- ♥♥♥ Intensitat i/o dificultat alta

AVIS Les classes de dilluns, dimecres i divendres de les 6:30, comencen a les 6:15

El Club es reserva el dret de modificar els horaris sense avis previ.