

horari abonament JOVES juliol 2020

ACTIVITATS DIRIGIDES

montcada

piscines antoni monés

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:30 - 10:20	...	MANTENIMENT S1 Silvia	...	MANTENIMENT S1 Silvia	...
	G.A.C. S1 Alex	SPINCLUB * Eva	...	SPINCLUB * Alex	...
11:00 - 11:50	ZUMBA S1 Silvia	BALLS EN LÍNIA S1 Isabel	IOGA Hatha S1 Marian	ZUMBA S1 Olga	REEDUCACIÓ POSTURAL S1 Olga
15:30 - 16:20	TONIFICACIÓ S1 Sergio	IOGA Vinyasa S1 Elisabet	...	IOGA Hatha S1 Paloma	IOGA Hatha S1 Marian
	TONOCLUB S3 Olga	SPINCLUB * Sergio	TONOCLUB S3 Olga	SPINCLUB * Marc	...
17:00 - 17:50	ZUMBA S1 Carlos	BALLS EN LÍNIA S1 Isabel	G.A.C. S1 Angela	...	ZUMBA S1 Silvia
	TAI-TXI / TXIKUNG S3 Manel	...	TAI-TXI / TXIKUNG S3 Manel
18:30 - 19:20	MANTENIMENT S1 Olga		REEDUCACIÓ POSTURAL S1 Olga	IOGA Hatha S1 Marian	...
20:00 - 20:50	...	ZUMBA S1 Carlos
	SPINCLUB * Josep	SPINCLUB * Josep	SPINCLUB * Josep	SPINCLUB * Josep	...

Intensitat i/o dificultat baixa

Intensitat i/o dificultat mitja

Intensitat i/o dificultat alta

S1 sala 1 (activitats dirigides)

S3 sala 3 (pilates)

* necessari reservar