

# ACTIVITATS DIRIGIDES

## SETMANA DEL 20 AL 26 DE JUNY

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	HORARI	DISSABTE	DIUMENGE
07:00 - 07:50	CIRCUIT FIT S1 Eva ♥♥	FIT-TRAINING S1 Alejandro ♥♥	T.B.C. S1 Eva ♥♥♥	BODY MIND S1 Elena ♥		09:00 - 09:50	IOGA Vinyasa S1 Marian ♥♥	REEDUCACIO POSTURAL S1 Pol ♥
08:00 - 08:50	...	...	...	REEDUCACIO POSTURAL S1 Elena ♥		10:30 - 11:20	IOGA Orgànic (10:00) S1 Marian ♥	T.B.C. S1 Alejandro ♥♥♥
09:30 - 10:20	G.A.C. S1 Eva ♥♥	MANTENIMENT S1 Eva ♥♥	T.B.C. S1 Marc ♥♥♥	MANTENIMENT S1 Elena ♥♥		12:00 - 12:50	SPINCLUB S2 Elena ♥♥♥	...
	...	...	...	...			T.B.C. S1 Elena ♥♥♥	SPINCLUB S2 Pol ♥♥♥
10:30 - 11:20	SPINCLUB S1 Cesc ♥♥♥	BALLS EN LÍNIA S1 Isabel ♥♥	IOGA Hatha SS Marian ♥	ZUMBA S1 Eva ♥♥				
15:30 - 16:20	TONIFICACIÓ S1 Ana ♥♥	BODY MIND S1 Gemma ♥	TONOCLUB S1 Ana ♥♥	BODY MIND S1 Gemma ♥♥		♥	Intensitat i/o dificultat baixa	
	...	IOGA Hatha (16.30) S1 Gemma ♥♥	...	IOGA Hatha (16.30) S1 Gemma ♥		♥♥	Intensitat i/o dificultat mitja	
17:00 - 17:50	...	...	...	...		♥♥♥	Intensitat i/o dificultat alta	
	TAI-TXI TT Manel ♥	...	TAI-TXI TT Manel ♥	...		SP	sala pilates	
17:30 - 18:20	G.A.C. S1 Elena ♥♥	BALLS EN LÍNIA S1 Isabel ♥♥	G.A.C. S1 Ana ♥♥	T.B.C. S1 Pol ♥♥♥		TT	Sala de Tennis Taula	
	...	SPINCLUB S2 Elena ♥♥♥	...	SPINCLUB S2 Alejandro ♥♥♥		SS	sala social (costat sala social activitats dirigides)	
18:30 - 19:20	MANTENIMENT S1 Elena ♥♥	FIT-TRAINING S1 Cesc ♥♥	ZUMBA S1 Andrea ♥♥	IOGA Hatha S1 Marian ♥♥		S1	sala 1 (activitats dirigides)	
	SPINCLUB S2 Marc ♥♥♥	SPINCLUB S2 Andrea ♥♥♥	SPINCLUB S2 Ana ♥♥♥	SPINCLUB S2 Pol ♥♥♥		EX	Camp futbol	
19:30 - 20:20	T.B.C. S1 Cesc ♥♥♥	ZUMBA S1 Andrea ♥♥	FIT-TRAINING S1 Cesc ♥♥♥	...		FX	frontó exterior	
	SPINCLUB S2 Ana ♥♥♥	SPINCLUB S2 Cesc ♥♥♥	SPINCLUB S2 Andrea ♥♥♥	...		PE	Petanca	
20:30 - 21:20	...	...	...	...		EX P	Exterior piscina	