

HORARIS



AIGUA

Hores	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7.00 - 9.00	LLIURE	LLIURE	TANCAT	LLIURE	TANCAT
9.00 - 9.45	CURSET 3	ARAIGUA	TANCAT	CURSET 3	TANCAT
9.45 - 10.30	CURSET 1/2	LLIURE	MONT-MARTÍ	CURSET 1/2	MONT-MARTÍ
10.30 - 11.15	LLIURE	LLIURE	MONT-MARTÍ	LLIURE	MONT-MARTÍ
11.15 - 12.00	LLIURE	ARAIGUA	MONT-MARTÍ	LLIURE	MONT-MARTÍ
12.00 - 12.45	LLIURE	ARAIGUA	LLIURE	LLIURE	LLIURE
12.45 - 17.15	LLIURE	LLIURE	LLIURE	LLIURE	LLIURE
15.30 - 16.15	LLIURE	ARAIGUA	LLIURE	LLIURE	ARAIGUA
16.15 - 17.00	LLIURE	ARAIGUA	LLIURE	LLIURE	ARAIGUA
17.30 - 18.15	INFANTIL	INFANTIL	INFANTIL	INFANTIL	INFANTIL
18.15 - 19.00	INFANTIL	INFANTIL	INFANTIL	INFANTIL	ARAIGUA
19.00 - 21.30	LLIURE	LLIURE	LLIURE	LLIURE	LLIURE

SESSIONS DIRIGIDES

Hores	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9.15 - 10.15	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT
9.30 - 10.20	PERSONAL TRAINING	IOGA	IOGA 11:30h - 12:30h BERGA		PERSONAL TRAINING
15.15 - 16.15		CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT	
16.30 - 18.00	GIMNÀSTICA AVANÇADA	GIMNÀSTICA AVANÇADA	PERSONAL TRAINING	GIMNÀSTICA AVANÇADA	HIP-HOP JUVENIL 16:30h - 17:30h
17.15 - 18.30	CROSSFIT BABY GIM P-3	TAEKWONDO	INI GIM P-4, P5 i 1r PILATES	TAEKWONDO	INI GIM P-4, P5 i 1r
17.30 - 18.30	CROSSFIT		CROSSFIT JUVENIL	CROSSFIT	CROSSFIT HIP-HOP INFANTIL
18.00 - 20.15		GIMNÀSTICA AVANÇADA		GIMNÀSTICA AVANÇADA	
18.30 - 19.30	GIMNÀSTICA AVANÇADA		INIGIM 2n, 3r, 4t i 5è	CROSSFIT	INIGIM 2n, 3r, 4t i 5è
18.15 - 19.15	PILATES	TAEKWONDO	PILATES TRX	TAEKWONDO	
18.30 - 19.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT HIP-HOP INFANTIL
19.00 - 20.00	CROSSFIT 19:45h - 20:45h	CROSSFIT			
19.15 - 20.05	PILATES	ZUMBA		SPINNING	
19.30 - 20.30		IOGA BERGA	JUMPING	bodyART	CROSSFIT
19.30 - 20.30			CROSSFIT GIMNÀSTICA 6è a...	CROSSFIT 19:45h - 20:45h	GIMNÀSTICA 6è a...
20.00 - 21.00		CROSSFIT			
20.15 - 21.10		INTERVALTRAINING			

■ Activitat Crossfit
 ■ Activitats adults
 ■ Activitats infantils

Els dimecres i divendres obert a les 10.00h

ASSESSORAMENT FITNESS: a la carta segons Covid-19