



HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES

DEL 12 DE SETEMBRE
AL 21 DE JUNY DE 2019



	DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			DISSABTE		
	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA	ESTUDI 1	ESTUDI 2	PISCINA
9:10 a 9:55 h	TONIFICACIÓ		CURSET NATACIÓ ADULTS			AQUA-LIFE	G.A.C.		CURSET NATACIÓ ADULTS	ZUMBA		AIGUA-LIFE	IOGA		AIGUA-ZUMBA			
10:15 a 11:00h		PILATES			IOGA	AIGUAEMBARÀS		ZUMBA			PILATES	AIGUAEMBARÀS	ZUMBA				10:30 a 11:00 h	AIGUA NADONS III
11:00 a 11:45h	BELLY DANCE						BELLY DANCE			TONIFICACIÓ							11:00 a 11:30 h	AIGUA NADONS II
12:00 a 15:00h	T A N C A T																11:30 a 12:00 h	AIGUA NADONS I
15:15 a 16:00h	ZUMBA	G.A.C.		STEPS	TONIFICACIÓ		ZUMBA	TONO PUMP		SPINNING	G.A.C.		TONIFICACIÓ	TONO PUMP				
16:00 a 16:45h	SPINNING	PILATES		ZUMBA	G.A.C.		STEPS	AEROBOX		ZUMBA	PILATES		SPINNING	TONIFICACIÓ				
16:45 a 17:30h	ZUMBA	TONO PUMP		SPINNING	IOGA		BELLY DANCE	PILATES		SPINNING	AEROBOX		AEROBOX	PILATES				
17:40 a 18:25h	AEROBOX	DANCE Parvulari		PILATES	DANCE C. Inicial		SPINNING	DANCE C. Mitjà		TONIFICACIÓ	DANCE Parvulari		SPINNING	DANCE Parvulari				
18:30 a 19:15h	SPINNING	IOGA		AERÒBIC	TONO PUMP		ZUMBA	TONIFICACIÓ		G.A.C.	IOGA			ESTIRA'T				
19:15 a 20:00h	G.A.C.	PILATES		ZUMBA	TONIFICACIÓ		AEROBOX	G.A.C.		SPINNING	TONIFICACIÓ							
20:05 a 20:50h			19.45-20.30			19.45-20.30			19.45-20.30			19.45-20.30			19.45-20.30			
	SPINNING	ZUMBA	CURSET NATACIÓ ADULTS	BELLY DANCE	G.A.C.	CURSET NATACIÓ ADULTS	SPINNING	ZUMBA	CURSET NATACIÓ ADULTS	SPINNING	PILATES	CURSET NATACIÓ ADULTS			CURSET NATACIÓ ADULTS			

NOVES QUOTES 2019

- Lliure piscina **24,50€** (de 9:00 a 12:00 i de 15:00 a 21.30h)
- Abonament total **27€** (accés a totes les activitats dirigides i lliure piscina - de 9:00 a 12:00 i de 15:00 a 21.30h)

* AIGUAEMBARÀS, AIGUANADONS i CURSETS NATACIÓ ADULTS són activitats amb cost afegit.