

Horaris d'activitats dirigides

del 30 de març al 5 d'abril de 2026

Inici	Fi	Espai	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
7:05	7:50	Sala 1	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	TANCAT		
7:05	7:50	Sala 4		CYCLING					
8:00	8:45	Sala 4	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING			
8:30	9:15	Sala 4		VIRTUAL CYCLING					
8:45	9:30	Piscina	AIGUAGIM		AIGUAGIM				
9:00	9:55	Sala 1	GIMSUAU	LES MILLS BODYPUMP	ESTIRAMENTS ^{45'}	PILATES			
9:05	9:50	Sala 4						VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
9:10	9:55	Sala 1						CROSSTRAINING	
9:30	10:15	Piscina		AIGUAGIM		AIGUAGIM			
9:45	10:30	Sala 4	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING			
10:00	10:45	Sala 4						CYCLING	VIRTUAL CYCLING
10:00	10:55	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP	PILATES	GIMSUAU	LES MILLS BODYPUMP			
10:45	11:30	Sala 4	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING			
10:45	11:40	Sala 3		IOGA		IOGA			
11:00	11:45	Sala 4						VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
11:00	11:55	Sala 1	PILATES	GIMSUAU	BODY BURN	ZUMBA fitness		LES MILLS BODYPUMP	
11:45	12:40	Sala 3		IOGA		IOGA			
12:00	12:45	Sala 4	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING			VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING
12:00	12:55	Sala 1						PILATES	
12:30	13:15	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
13:30	14:15	Sala 4		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING			
13:30	14:25	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP		ZUMBA fitness				
14:30	15:15	Sala 4	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING				
14:30	15:25	Sala 1		PILATES				CROSSTRAINING	
15:30	16:15	Sala 4		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING	
16:00	16:45	Sala 4	VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING				
17:00	17:45	Sala 4		VIRTUAL CYCLING		VIRTUAL CYCLING			
17:30	18:15	Sala 4						VIRTUAL CYCLING	
17:30	18:25	Sala 1	CROSSTRAINING		BODY BURN	LES MILLS BODYPUMP			
18:00	18:15	Fitness		EXPRES FITNESS		EXPRES FITNESS			
18:15	19:00	Sala 4	CYCLING	VIRTUAL CYCLING	CYCLING	VIRTUAL CYCLING			
18:15	19:10	Sala 1		BODY BURN					
18:30	19:15	Sala 4					VIRTUAL CYCLING		
18:30	19:25	Sala 1	LES MILLS BODYPUMP		ZUMBA fitness	PILATES			
18:30	19:25	Sala 3	IOGA		IOGA	IOGA			
19:15	20:00	Sala 4	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING			
19:30	20:25	Sala 1	ZUMBA fitness	PILATES	LES MILLS BODYPUMP	BODY BURN			
19:30	20:25	Sala 3	IOGA		IOGA	IOGA			
19:45	20:30	Piscina	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM	AIGUAGIM			
20:15	21:00	Sala 4	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING	VIRTUAL CYCLING			
20:30	21:25	Sala 1	PILATES	LES MILLS BODYCOMBAT	ESTIRAMENTS ^{45'}	CROSSTRAINING			

La Direcció podrà, quan ho consideri necessari o per causes alienes al centre, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució.