

HORARI ESPECIAL

Vàlid a partir del 24 de maig de 2021

Inici	Final	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07.15	08.00	SALA B	BODYBALANCE	BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYPUMP	SH'BAM VIRTUAL	LESMILLS CORE		
08.00	08.45	SALA A	IOGA		IOGA				
08.00	08.45	SALA B	BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL		
08.15	09.00	SALA B						BODYBALANCE VIRTUAL	
09.00	09.30	OUTDOOR 1			GRIT SERIES				
09.00	09.45	SALA B	PILATES	BODYPUMP VIRTUAL	PILATES	BODYBALANCE VIRTUAL	ESTIRAMENTS	LESMILLS CORE VIRTUAL	
09.00	09.45	OUTDOOR CYCLE		BODYCOMBAT					
09.15	10.00	SALA B							SH'BAM VIRTUAL
09.15	10.00	OUTDOOR 1	SH'BAM	SENIORS			BODYPUMP		
09.15	10.00	OUTDOOR CYCLE				BODYATTACK			
09.30	10.00	OUTDOOR 1			LESMILLS CORE				
10.00	10.45	SALA B	LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYBALANCE	SENIORS	ESTIRAMENTS	TOTALFIT	SH'BAM VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL
10.15	11.00	OUTDOOR 1	BODYPUMP	BODYJAM			BODYCOMBAT		
10.15	11.00	OUTDOOR CYCLE	TOTALFIT		TOTALFIT	SH'BAM	TXI KUNG		
11.00	11.45	OUTDOOR 1					BODYPUMP		
11.15	11.45	SALA B	PILATES	RITMES LLATINS	PILATES	BODYBALANCE	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL
11.15	12.00	OUTDOOR 1		IOGA					
11.15	12.30	OUTDOOR 1	TAI TXI		TAI TXI		TAI TXI		
12.00	12.45	SALA A					BODYBALANCE		
12.00	12.45	SALA B	BODYPUMP VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL
13.00	13.45	SALA B	LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL
14.00	14.45	SALA A					BOXING TRAINING		
14.00	14.45	SALA B	LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL		BODYBALANCE VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL	
14.15	14.45	SALA B				BODYPUMP 30'			
14.15	15.00	SALA A	BODYBALANCE	WORKOUT	SH'BAM				
15.00	15.45	SALA B		BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	LESMILLS CORE 30'	BODYBALANCE VIRTUAL		
15.30	16.15	SALA B	TOTALFIT						
16.00	16.45	SALA B		LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL	
17.00	17.45	SALA A		PILATES		PILATES			
17.00	17.45	OUTDOOR 1	IOGA		IOGA				
17.00	17.45	SALA B	LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	
17.15	18.00	OUTDOOR 1		BODYPUMP		TOTALFIT	WORKOUT		
18.00	18.45	SALA A					ESTIRAMENTS		
18.00	18.45	SALA B	BODYBALANCE VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL	LESMILLS CORE	BODYCOMBAT VIRTUAL	SH'BAM VIRTUAL	BODYBALANCE VIRTUAL	
18.00	18.55	OUTDOOR				FUNCTIONAL RUNNING			
18.15	19.00	OUTDOOR 1	BODYPUMP	BODYSTEP	RITMES LLATINS	SH'BAM	BODYPUMP		
18.30	19.25	OUTDOOR			FUNCTIONAL RUNNING				
19.00	19.45	OUTDOOR 1					BODYJAM		
19.00	19.45	SALA B	LESMILLS CORE VIRTUAL		BODYBALANCE	BODYBALANCE VIRTUAL	BODYBALANCE		
19.00	19.55	OUTDOOR		FUNCTIONAL RUNNING					
19.15	20.00	OUTDOOR 1	BODYCOMBAT		BODYPUMP	TOTALFIT			
19.15	20.00	SALA B		SH'BAM					
19.30	20.15	OUTDOOR 1		BOXING TRAINING					
20.00	20.45	OUTDOOR 1	BOXING TRAINING			BOXING TRAINING			
20.00	20.45	SALA A		IOGA		IOGA			
20.15	21.00	SALA A	PILATES		PILATES				
20.15	21.00	SALA B	BODYPUMP		BODYATTACK	BODYPUMP			
20.15	21.00	OUTDOOR CYCLE		BODYCOMBAT					
21.15	22.00	SALA B	BODYBALANCE VIRTUAL	LESMILLS CORE VIRTUAL	BODYPUMP VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL	BODYCOMBAT VIRTUAL		

HORARI ESPECIAL PISCINA

Inici	Final	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
07.45	08.15	PISCINA	AIGUATONO 30'	AIGUAMIX 30'	AIGUATONO 30'	AIGUAMIX 30'		
08.15	09.00	PISCINA	AIGUAMIX	AIGUATONO	AIGUAMIX	AIGUAMIX	AIGUAMIX	
09.15	09.45	PISCINA	AIGUAMIX 30'	AIGUAMIX 30'	AIGUAMIX 30'	AIGUAMIX 30'	AIGUAMIX 30'	
09.45	10.15	PISCINA	AIGUATONO 30'	AIGUATONO 30'	AIGUATONO 30'	AIGUATONO 30'	AIGUATONO 30'	
10.00	10.45	PISCINA						AIGUAMIX
10.15	10.45	PISCINA		AIGUAMIX 30'		AIGUAMIX 30'	AIGUAMIX 30'	
10.45	11.15	PISCINA		AIGUATONO 30'		AIGUATONO 30'	AIGUATONO 30'	
11.00	11.45	PISCINA						AIGUATONO
11.15	12.00	PISCINA	AIGUATONO		AIGUAMIX			
12.15	13.00	PISCINA	AIGUAMIX		AIGUATONO		AIGUAMIX	
18.15	19.00	PISCINA		AIGUAMIX				
19.15	20.00	PISCINA	AIGUAMIX		AIGUATONO		AIGUAMIX	

HORARI ESPECIAL GROUP CYCLE

Inici	Final	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
09.30	10.15	OUTDOOR CYCLE	GROUPCYCLE		GROUPCYCLE		GROUPCYCLE	
10.00	10.45	OUTDOOR CYCLE						GROUPCYCLE
10.30	11.15	OUTDOOR CYCLE		GROUPCYCLE				
18.30	19.15	OUTDOOR CYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	
19.30	20.15	OUTDOOR CYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	GROUPCYCLE	

HORARI ESPECIAL GROUP CYCLE VIRTUAL

Primera Sessió	Última Sessió	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07.30	20.30	GROUP CYCLE	GROUPCYCLE VIRTUAL	GROUPCYCLE VIRTUAL	GROUPCYCLE VIRTUAL	GROUPCYCLE VIRTUAL	GROUPCYCLE VIRTUAL		
08.30	18.30	GROUP CYCLE						GROUPCYCLE VIRTUAL	
09.30	13.30	GROUP CYCLE							GROUPCYCLE VIRTUAL

De dilluns a divendres començaran les sessions a les 7.30 del matí, i a cada hora és farà una sessió, fins a les 20.30h, que serà l'última sessió.

Dissabte, farem el mateix, de 8.30 a 18.30 i diumenges de 9.30 a 13.30.

Podeu veure la tipologia de cada classe a la Programació de Group Cycle a la web i a l'entrada de la classe.

VESTUARIS OBERTS!

OBLIGATORI FER ÚS DE LA MASCARETA DINTRE DE LES INSTAL·LACIONS I A LES ACTIVITATS INDOOR (EXCEPTE A LA PISCINA I ZONES OUTDOOR).

HORARIS NOVA NORMATIVA

DE DILLUNS A DIVENDRES

CENTRE ESPORTIU DE 7 A 22.30H

CAP DE SETMANA

DISSABTE DE 8 A 20H

DIUMENGE I FESTIUS DE 9 A 14.30H

ESPAYS ESPORTIUS TANCAN 30 MINUTS ABANS DEL TANCAMENT DEL CENTRE.

El centre es reserva el dret de modificar el programa d'activitats dirigides.
No es podrà entrar a fer l'activitat una vegada passats 10 minuts del seu inici.
Cal fer reserva prèviament a la teva àrea d'abonat/da.