

Poliesportiu Salvador Gimeno

Abril - Juny 2019

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07.30 - 8.15	DESPINING S.1		DUATLÓ S.1		DESPINING S.1		
08.30 - 09.15		DESPINING S.1	DUATLÓ run S.1	DESPINING S.1			
09.30 - 10.15	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1		DESPINING S.1
10.30 - 11.15						DESPINING S.1	DESPINING S.1
11.30 - 12.15						DESPINING S.1	DESPINING S.1
14.00 - 14.45	DESPINING S.1		DESPINING S.1		DESPINING S.1		
15.15 - 16.00		DESPINING S.1		DESPINING S.1			
17.00 - 17.45	DESPINING S.1		DESPINING S.1				
18.00 - 18.45	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1			
18.00 - 19.00					DESPINING S.1		
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.45	DUATLÓ S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1	TRIATLÓ pisc S.1			
19.30 - 20.15	DUATLÓ run S.1			run S.1	DESPINING S.1		
20.00 - 20.45	DESPINING S.1	DESPINING S.1	DESPINING S.1				
20.30 - 21.15				DESPINING S.1			
21.00 - 21.45	DESPINING S.1		DESPINING S.1				
HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7.30 - 08.30		BODYPUMP S.3		INTERVÀLIC S.3			
8.00 - 8.55			ZUMBA 2+3				
8.15 - 9.15				POSTURAL S.2			
8.30 - 9.30		TAI TXI S.3					
8.15 - 8.45	BODYPUMP 2+3				BODYPUMP S.3		
08.45 - 09.15	CXWORX 2+3				CORE S.3		
09.15 - 10.15		POSTURAL S.2	BODYCOMBAT S.3				
			FUNCIONAL S.2				
09.30 - 10.30	ZUMBA 2+3	BODYPUMP S.3		ZUMBA 2+3	FUNCIONAL 2+3		
10.00 - 11.00						ZUMBA 2+3	
10.15 - 11.15		POSTURAL S.2					
10.30 - 11.30	BODYBALANCE S.3	ZUMBA S.3	BODYBALANCE 2+3	POSTURAL S.3	ZUMBA S.3		
	FUNCIONAL S.2			BODYCOMBAT S.2	FUNCIONAL S.2		
11.00 - 12.00						ZUMBA FAMILY 2+3	
11.30 - 12.30		BODYBALANCE S.3		BODYBALANCE S.3			
12.00 - 13.00						BODYPUMP 2+3	
13.30 - 14.00			CXWORX 2+3				
14.15 - 15.15	ZUMBA 2+3	BODYSILVER S.3		ZUMBA S.3	BODYCOMBAT S.2		
15.00 - 16.00					FUNCIONAL S.2		
15.15 - 16.15		FUNCIONAL S.2		BODYTONG S.3			
	AERODANCE S.3	ZUMBA S.2		BODYSILVER S.2	ZUMBA S.3		
15.30 - 16.30			ZUMBA 2+3				
18.00 - 18.30			CXWORX S.2				
18.30 - 19.00				BODYCOMBAT S.2			
18.00 - 19.00	INTERVÀLIC S.2						
18.30 - 19.30	ZUMBA S.3	BODYPUMP S.3	FUNCIONAL S.2	BODYBALANCE S.3	ZUMBA S.3		
			BODYBALANCE S.2				
19.00 - 19.30	CXWORX S.2				CORE S.2		
19.00 - 20.00		INTERVÀLIC S.2		TÀBATA S.2			
19.30 - 20.00	STRETCHING S.2		BODYBALANCE S.2				
19.30 - 20.30	BODYBALANCE S.3	STEP S.3	FUNCIONAL S.2	ZUMBA S.3	FUNCIONAL S.2		
20.00 - 20.30		CXWORX S.2	CORE S.2	CORE S.2			
20.30 - 21.30	BODYPUMP 2+3	BODYCOMBAT S.2	ZUMBA S.2	BODYCOMBAT S.3			
20.30 - 21.00				BODYBALANCE S.2			
21.30 - 22.30	ZUMBA 2+3			ZUMBA 2+3			
HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07.30 - 08.00				AIGUA EXPRESS			
07.30 - 08.30	AIGUA STEP		FITNESS AQUÀTIC		FITNESS AQUÀTIC		
08.00 - 09.00				FITNESS AQUÀTIC			
08.15 - 09.15		AIGUA CIRCUIT					
08.30 - 09.30			POSTURAL		AIGUA STEP		
08.30 - 09.15	AQUADYNAMIC						
09.15 - 10.15		AIGUA STEP					
09.30 - 10.30	FITNESS AQUÀTIC		FITNESS AQUÀTIC	FITNESS AQUÀTIC	AIGUA CIRCUIT		
10.15 - 10.45		BALANCE					
10.30 - 11.30	AIGUA STEP		POSTURAL		FITNESS AQUÀTIC		
15.15 - 16.00					AQUADYNAMIC		
15.15 - 16.15	POSTURAL		AIGUA STEP				
15.30 - 16.15		AQUADYNAMIC		AQUADYNAMIC			
15.30 - 16.30							
17.00 - 18.00	AIGUA STEP		FITNESS AQUÀTIC				
17.30 - 18.15				AQUADYNAMIC			
17.30 - 18.30		FITNESS AQUÀTIC					
18.00 - 19.00	AIGUA CIRCUIT		AIGUA STEP				
18.15 - 19.15					AIGUA STEP		
18.30 - 19.15		AQUADYNAMIC					
19.00 - 20.00	FITNESS AQUÀTIC		AIGUA CIRCUIT				
19.15 - 20.00					AQUADYNAMIC		
19.30 - 20.30		FITNESS AQUÀTIC		POSTURAL			
20.00 - 20.45	AQUADYNAMIC		AQUADYNAMIC				
20.30 - 20.15				AQUADYNAMIC			
21.00 - 21.30		AIGUAXTREME					