

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES OBERTES (A PARTIR DE GENER 2010)

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	
8 a 9							10 a 11
9,15 a 10,15		TONIFICACIÓ	BODY BALANCE	G.A.P			11 a 12
10,30 a 11,30						GAP	12 a 13
11 a 12						PILATES	13 a 14
12 a 13							18-18,45
13-14							
15,30-16,30	G.A.P.	PILATES	G.A.P.	PILATES	BODY PUMP		
17-18							
18-19	PILATES	BODY BALANCE	PILATES	BODY BALANCE	18:15-19 ABDOMINALS		
19-20	BODY PUMP	G.A.P.	BODY PUMP	G.A.P.	BODY BALANCE		
20-21	G.A.P.	STEP	G.A.P.	STEP	BODY PUMP		
21-22	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY BALANCE		

30 hores/setmanals

