

# FITNESS



## HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES DEL 16 DE SETEMBRE AL 31 DE DESEMBRE 2019

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:15	CROSS 45' espai funcional (gym)		CICLING 0-3		TXI-KUNG 0-2	
8:15		ABD'30 gym	CIRCUIT TRAINING espai funcional (gym)	VIRTUAL CICLING 0-3	GIMNÀSTICA CONSCIENT 0-2	
9:15		VIRTUAL CICLING 0-3	GIMNÀSTICA CONSCIENT 0-2	ABD'30 gym		VIRTUAL CICLING 10:30 0-3
13:30	CICLING 0-3	CROSS 45' espai funcional (gym)	TRX 3-1	CICLING 0-3	MOBILITAT I FORÇA espai funcional (gym)	
15:45		TRX 3-1	VIRTUAL CICLING 0-3	MOBILITAT I FORÇA espai funcional (gym)		
17:30		CIRCUIT TRAINING espai funcional (gym)		VIRTUAL CICLING 0-3		VIRTUAL CICLING 17:30 0-3
18:15	CICLING 0-3	HIOPRESSIUS 0-2	TRX 3-1	ZUMBA 0-2	VIRTUAL CICLING 0-3	
18.30	STRONG by ZUMBA 4-1	CROSS 45' espai funcional (gym)	CICLING 0-3	HIT espai funcional (gym)	ABD'30 gym	
19:15	CICLING 0-3	ASTHANGA IOGA 0-2	HIOPRESSIUS 0-2	CICLING 0-3	VIRTUAL CICLING 0-3	
19:30	MOBILITAT I FORÇA espai funcional (gym)	HIT espai funcional (gym)	ZUMBA 4-1	TRX 3-1		
20:30	ZUMBA TONING 0-2	CICLING 0-3	ASTHANGA IOGA 0-2	MOBILITAT I FORÇA espai funcional (gym)	VIRTUAL CICLING 0-3	