



INICI - FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
MATÍ								
07.30 08.20	S 2	FREE DANCE II		TBC II				
07.30 08.30	S 1		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III		
08.30 09.20	S 3		FITNESS SUAU I	HBX III	FITNESS SUAU I			
08.30 09.20	S 2	TONO II	AEROLATINO III	CARDIO TONO III	ZUMBA III	TONO II		
08.30 09.20	S 1	VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II		
08.45 09.30	P	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II			
09.00 11.00	EXT	CAMINEM** II	CAMINEM** II	CAMINEM** II	CAMINEM** II			
09.30 10.20	S 1							VIRTUAL BIKE II
09.30 10.20	S 2	ZUMBA III	BODY PUMP III	HARD TRAINING III	BODY PUMP III	FREE DANCE II		
09.30 10.30	S 3	IOGA* I	IOGA* I	IOGA* I	IOGA* I	HBX III		
10.00 10.15	S F	ESTIRAMENTS 15' I		ESTIRAMENTS 15' I		ESTIRAMENTS 15' I		
10.00 10.50	S 2						BODY PUMP III	
10.00 11.00	S 1	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III		
10.15 10.30	S F	ABDOMINALS 15' II	ESTIRAMENTS 15' I	ABDOMINALS 15' II	ESTIRAMENTS 15' I	ABDOMINALS 15' II		
10.15 11.00	P			FLOATFIT III				
10.30 11.20	S 1		VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II			VIRTUAL BIKE II
10.30 11.30	S 3		TAI CHI* I		TAI CHI* I			
10.40 11.40	S 3	IOGA* II		IOGA* II				
10.45 11.00	S F		ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II	ESTIRAMENTS 15' I		ESTIRAMENTS 15' I
11.00 12.00	S 1						CICLO INDOOR III	
12.00 12.15	S F	CORE 15' III		CORE 15' III			ABDOMINALS 15' II	
12.00 12.45	P		IOGA FLOATING III	FLOATFIT II	IOGA FLOATING III			
12.15 13.00	S1	VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II
MIG DIA								
14.00 14.15	S F	ABDOMINALS 15' II	CORE 15' III	ABDOMINALS 15' II	ESTIRAMENTS 15' I	ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II
14.20 15.10	S 1	VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II		
14.20 15.10	S 2 / EXT	HARD TRAINING III		ZUMBA III				
14.45 15.30	P		AIGUATEKE I	FLOATFIT II	AIGUATEKE I			
15.15 16.05	S 2		BODY PUMP III		BODY PUMP III			
15.15 16.05	S 3	HBX III		HBX III				
15.30 16.30	S 3		IOGA* II		IOGA* II			
TARDA								
16.30 17.20	S 1		VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II	VIRTUAL BIKE II		
16.30 17.30	S 2	PILATES* II		PILATES* II				
17.15 17.30	S F		ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II			
17.15 18.15	S 3	IOGA* I		IOGA* I				
17.30 18.20	S 2		AEROLATINO II		ZUMBA III			
17.35 17.50	S F	ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		
18.00 18.50	S 2	AEROSTEP III		AEROLATINO II		ZUMBA III		
18.00 19.00	S 1	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III				
18.20 19.10	S 3	ESTIRA'T I		ESTIRA'T I				
18.30 19.20	S 2		FREE DANCE II		AEROSTEP III			
18.30 19.30	S 1		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III	CICLO INDOOR III		
18.30 19.30	S 3		PILATES* II		PILATES* II			
19.00 19.50	S 2	ZUMBA III		BODY PUMP III		BODY PUMP III		
19.05 19.20	S F	ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		
19.15 20.00	P	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II	AQUAGYM* II		
19.30 20.20	S 3 / EXT	BODY COMBAT III		BODY COMBAT III		HARD TRAINING III		
19.30 20.20	S 2		BODY PUMP III		BODY PUMP III			
19.30 20.30	S 1	CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III				
20.00 20.50	S 2	BODY PUMP III		ZUMBA III				
20.00 21.00	S 1		CICLO INDOOR III		CICLO INDOOR III			
20.05 20.20	S F	ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		ABDOMINALS 15' II		
20.30 21.00	S 3	HBX III		HBX III				
20.30 21.20	S 3 / EXT		HARD TRAINING III		HARD TRAINING III	BODY COMBAT III		
20.45 21.30	P		FLOATFIT II		FLOATFIT II			
21.00 21.30	S 3	HBX III		HBX III				
21.15 22.00	S 1	VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II		VIRTUAL BIKE II		

CARDIOVASCULAR TONIFICACIÓ COS I MENT AQUÀTIQUES COMBINADES S 1 - Sala 1 S 2 - Sala 2 S 3 - Sala 3 EXT - Exterior
I - BAIXA INTENSITAT II - MITJA INTENSITAT III - ALTA INTENSITAT S F - Sala Fitness P - Piscina

(*) - Aquestes activitats no estan incloses a la quota d'abonament i necessiten inscripció prèvia.

(**)ALL - Aquestes activitats es podran anul·lar en funció de la climatologia i/o del nombre d'assistents.

La direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.



Per necessitats del servei, la Direcció podrà modificar el calendari d'obertura quan ho consideri oportú.

GENER

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRER

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

MARÇ

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

ABRIL

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MAIG

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNY

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JULIOL

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AGOST

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SETEMBRE

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVEMBRE

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

DESEMBRE

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

GENER 2021

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

De 7 a 23 h
De 9 a 15 h
De 7 a 15 h
De 10 a 18:45 h

Horari especial d'estiu
Instal·lació tancada
Horari estiu (sala fitness i piscina coberta de 9 a 14.45 h, piscina 50 de 10 a 18:45 h)

Horari general d'obertura - Serveis i espais

Dilluns a divendres - 7 a 23 h / Dissabte i diumenge - 9 a 15 h
 Sala de fitness: Dilluns a divendres - 7 a 22.30 h / Dissabte i diumenge - 9 a 14.45 h
 Piscina coberta: Dilluns a divendres - 7 a 22 h / Dissabte i diumenge - 9 a 14.45 h
 Piscina descoberta amb aigua calenta(*): Dilluns a divendres - 10 a 19.45 h / Dissabte i diumenge - 10 a 14.45 h

Horari especial d'estiu - del 1 al 31 d'agost - Serveis i espais

Dilluns a divendres - 9 a 21 h / Dissabte i diumenge - 10 a 19 h
 Sala de fitness: Dilluns a divendres - 9 a 20.30 h / CAPS DE SETMANA TANCADA
 Piscina coberta: Tancada per tasques de manteniment de l'1 al 31 d'agost

(*): aturada tècnica piscina del 28 de desembre al 2 de gener de 2021