

ACTIVITATS DIRIGIDES - A PARTIR DEL 9 DE SETEMBRE DE 2026

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:15 8:15		 CICLO INDOOR VIRTUAL		 CICLO INDOOR VIRTUAL		
8:00 9:00	 CROSS TRAINING		 LES MILLS tone		 CROSS TRAINING	9:00-10:00 ↓  LES MILLS BODYPUMP
9:30 10:30	 LES MILLS BODYPUMP	 LES MILLS tone	 GAC-STEP	 CROSS TRAINING	 LES MILLS BODYPUMP	10:00-11:00 ↓  PILATES
10:30 11:30		 YOGA		 YOGA		
14:00 15:00	 CICLO INDOOR VIRTUAL		 CICLO INDOOR VIRTUAL			
15:30 16:30	 GAC-STEP	 LES MILLS tone	 ZUMBA	 CROSS TRAINING	 LES MILLS BODYPUMP	
17:15 18:15	 ZUMBA	 PILATES	 CROSS TRAINING		 CICLO INDOOR	16:30-17:30
18:15 19:15	 LES MILLS BODYBALANCE	 PILATES	 LES MILLS BODYBALANCE	 PILATES	 CROSS TRAINING	17:30-18:30
19:15 20:15	 LES MILLS BODYPUMP	 GAC-STEP  CICLO INDOOR	 LES MILLS BODYPUMP	 LES MILLS tone  CICLO INDOOR	 CICLO INDOOR	18:30-19:30
20:15 21:15	 CICLO INDOOR	 LES MILLS BODYPUMP	 CICLO INDOOR	 LES MILLS BODYPUMP		
21:15 21:30		 CORE 15'		 CORE 15'		

 **PISCINA COBERTA L'ALCÚDIA**

 **FIT A FIT**

L'empresa es reserva el dret de modificar, suspendre o canviar la programació de qualsevol d'aquestes sessions.