

# HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES DESEMBRE 2020

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	SOCIS
07.15	07.55	2	HIIT JOSE	TONIFICACIÓ EVA	LES MILLS BODYPUMP CRISTINA	LES MILLS BODYBALANCE ANNA	TONIFICACIÓ EVA		8
08.00	08.40	2	TONIFICACIÓ JOSE		TONIFICACIÓ EVA	MAT PILATES ANNA	TONIFICACIÓ EVA		8
08.00	08.40	0					MAT PILATES ANNA		5
08.00	08.55	2		IOGA ANGELES					8
08.45	09.25	2	MAT PILATES ANNA		GAC EVA	POWER STRETCH ANNA	LES MILLS BODYBALANCE ANNA		8
08.45	09.25	0					TBC EVA		5
09.00	09.30	0		TRX 30 CRISTINA		TRX 30 CRISTINA			5
09.00	09.55	2		TONIFICACIÓ ANGELES					8
09.30	10.25	2	GAC FUSIÓ JOSE		TBC EVA	FITNESSBALLET ANNA	MAT PILATES ANNA		8
09.30	10.30	OUT DOOR			MAT PILATES ANNA		TONIFICACIÓ EVA		10
09.30	10.15	CYCLING		CYCLING JOSE		CYCLING JOSE			12
09.45	10.25	2						GAC GABRIEL	8
10.00	10.30	GYM		BIO CIRCUIT		BIO CIRCUIT			3
10.00	11.00	PISCINA		TAI TXI ANDREA			TAI TXI ANDREA		8
10.00	10.55	2		MAT PILATES ANGELES					8
10.30	11.10	2	GYM SUAU ANGELES		GYM SUAU ANGELES		MANTENIMENT EVA		8
10.30	11.25	2						TONIFICACIÓ GABRIEL	8
11.15	12.10	2	MAT PILATES ANGELES		MAT PILATES ANGELES				8
11.30	12.15	CYCLING						CYCLING GABRIEL	12
12.30	13.30	2						IOGA JOSEP	8
14.00	15.00	2			POSTURAL FIT ANNA				8
14.00	15.00	OUT DOOR		OUTDOOR TRAINING JORDI		OUTDOOR TRAINING JORDI			8
14.15	15.15	2		LES MILLS BODYPUMP GLORIA		LES MILLS BODYPUMP GLORIA			8
14.15	15.00	CYCLING	CYCLING GLORIA		CYCLING GLORIA		CYCLING DANIEL		12
14.30	15.30	2	IOGA JOSEP				IOGA JOSEP		8
16.30	17.15	2		GYM SUAU GLÒRIA		GYM SUAU GLÒRIA			8
17.00	17.55	2					TONIFICACIÓ JORDI		8
18.00	18.30	GYM		BIO CIRCUIT		BIO CIRCUIT		BIO CIRCUIT	3
18.00	18.55	2	TONIFICACIÓ JOSE	MAT PILATES KELLY	GAC JOSE	MAT PILATES ANGELES	ESTIRAMENT S JORDI		8
18.00	18.55	0	TONIFICACIÓ JORDI		LES MILLS SHRIM JORDI				5
19.00	19.55	2	IOGA JOSEP	GAC FUSIÓ JOSE	IOGA JOSEP	TONIFICACIÓ GABRIEL	IOGA JOSEP		8
19.00	19.55	0	GAC FUSIÓ JORDI		MAT PILATES JORDI				5
20.00	20.45	CYCLING	CYCLING ELI	CYCLING JOSE	CYCLING ELI				12
20.00	21.00	2	HIIT JOSE		LES MILLS BODYPUMP JOSE				8

Ubicació: Wellness Center

Planta 1: Gimnàs Planta 0: Sala 2 Planta-1: Cycling i Sala 0

Per assistir ÉS OBLIGATORI RESERVAR PRÈVIAMENT: a l'app MYWELLNESS,  
al email [activitatsdirigides@rctb1899.es](mailto:activitatsdirigides@rctb1899.es)

Les BAIXES hauran de ser comunicades abans del 25 de cada mes  
a atenció al soci sinó la quota haurà de ser abonada.