

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
07.15	07.55	S 2	<b>HIIT</b> JOSE	TONIFICACIÓ EVA	TONIFICACIÓ ANNA		TONIFICACIÓ EVA	
07.05	08.00	CYCLING		<b>CYCLING</b> GLÒRIA	<b>CYCLING</b> GLÒRIA	<b>CYCLING</b> GLÒRIA		
08.00	08.40	S 2	TONIFICACIÓ JOSE		TONIFICACIÓ EVA	<b>MAT PILATES</b> ANNA	TONIFICACIÓ EVA	
08.00	08.55	S 2		TONIFICACIÓ ARNAU				
08.00	08.40	S 0					<b>MAT PILATES</b> ANNA	
08.00	08.45	CYCLING	<b>CYCLING</b> ARNAU					
08.00	08.55	S 0		<b>IOGA</b> ANGELES				
08.45	09.25	S 2	<b>FLOW FORÇA</b> ANNA		<b>CARDIO TONO</b> EVA	<b>FLOW STRETCH</b> ANNA	<b>BODY BALANCE</b> ANNA	
08.45	09.25	S 0					<b>TBC</b> EVA	
09.00	09.30	S 0		<b>TRX 30'</b> CRISTINA		<b>TRX 30'</b> CRISTINA		
09.00	09.55	S 2		TONIFICACIÓ ANGELES				
09.30	10.15	CYCLING		<b>CYCLING</b> JOSE		<b>CYCLING</b> JOSE		
09.30	10.25	S 2	<b>GAC FUSIÓ</b> JOSE		<b>DANCE</b> CESAR		<b>MAT PILATES</b> ANNA	
09.30	10.25	S 0			<b>TBC</b> EVA		TONIFICACIÓ EVA	
10.00	10.55	S 2		<b>MAT PILATES</b> ANGELES				
10.30	11.10	S 2	<b>GYM SUAU</b> ANGELES		<b>GYM SUAU</b> ANGELES			
10.30	11.15	piscina	<b>AQUAGYM</b> ANNA	<b>AQUAGYM</b> ARNAU	<b>AQUAGYM</b> GLÒRIA	<b>AQUAGYM</b> ARNAU		
10.30	11.25	S 2					<b>MANTENIMENT</b> EVA	TONIFICACIÓ ARNAU
11.00	11.55	S 2		<b>SEVILLANES AVANÇAT</b> PEPA				

Ubicació: Wellness Center. Planta 1: Gimnàs Planta 0: Sala 2 Planta -1: Cycling i Sala 0.  
Reserva prèviament a la app TECHONGYM o al email [activitatsdirigides@rctb1899.es](mailto:activitatsdirigides@rctb1899.es)

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
11.15	12.00	PISCINA		AQUAGYM ARNAU		AQUAGYM GLÒRIA		
11.15	12.10	S 2	MAT PILATES ANGELES		MAT PILATES ANGELES			
11.15	12.10	S 0	ESQUENA SANA ANNA		ESQUENA SANA ANNA			
11.30	12.15	CYCLING						CYCLING ARNAU
12.00	12.55	S 2		SEVILLANES INICIACIÓ PEPA				
12.30	13.25	S 2						IOGA MARTA CANTON
14.15	15.00	CYCLING	CYCLING GLÒRIA		CYCLING GLÒRIA		CYCLING ARNAU	
14.15	15.10	S 2		BODY PUMP GLÒRIA		BODY PUMP GLÒRIA		
16.30	17.25	S 2		GYM SUAU MAX		GYM SUAU ANGELES		
17.30	18.25	S 2				TONIFICACIÓ JORDI		
17.30	18.25	S2			DANCE CESAR			
18.00	18.55	S 2	TONIFICACIÓ JOSE	ESTIRAMENTS JORDI		TONIFICACIÓ MAX		
18.00	18.55	S 0	TRX & ABDOS JORDI	DANCE LATINO MAX	TRX & ABDOS JORDI	MAT PILATES ANGELES		
18.30	19.25	S 2				ESTIRAMENTS JORDI		
19.00	19.55	S 2	TONIFICACIÓ JORDI	GAC XTREM JOSE	IOGA MARTA CANTON	DANCE LATINO MAX		
19.00	19.55	S 0	IOGA MARTA CANTON	ESQUENA SANA MARIÁN	CARDIO TONO MARIAN	TONO DANCE ANGELES	IOGA MARTA CANTON	
20.00	20.45	CYCLING		CYCLING JOSE				
20.00	20.55	S 2	BODY PUMP JOSE	TONIFICACIÓ MARIÁN	HIIT MARIAN	GAC FUSIÓ MAX		
20.00	20.55	S 0	IOGA MARTA CANTON		MAT PILATES MARTA CANTON	SEVILLANES INICIACIÓ PEPA		

Ubicació: Wellness Center. Planta 1: Gimnàs Planta 0: Sala 2 Planta -1: Cycling i Sala 0.  
Reserva prèviament a la app TECHNOGYM o al email [activitatsdirigides@rctb1899.es](mailto:activitatsdirigides@rctb1899.es)