HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES
maig 2026

Wellness Center

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
07.05	08.00	cycling		CYCLING GLÒRIA	CYCLING ARNAU	CYCLING GLÒRIA		
07.15	07.55	S 2	HIIT JOSE	TONIFICACIÓ EVA	TONIFICACIÓ ANNA		TONIFICACIÓ EVA	
08.00	08.40	S 2	TONIFICACIÓ JOSE		TONIFICACIÓ EVA		TONIFICACIÓ EVA	
08.00	08.40	S 3					MAT PILATES ANNA	
08.00	08.45	cycling	CYCLING ARNAU					
08.00	08.55	S 2		TONIFICACIÓ ARNAU		MAT PILATES ANNA		
08.00	08.55	S 3		IOGA ANGELES				
08.45	09.25	S 2	FLOW FORÇA ANNA		CARDIO TONO EVA		BODY BALANCE ANNA	
08.45	09.25	S 3					STEP EVA	
09.00	09.30	S 0		TRX 30' CRISTINA		TRX 30' CRISTINA		
09.00	09.55	S 2		TONIFICACIÓ ANGELES				
09.00	09.55	S 3				BARRE ANNA		
09.30	10.15	cycling		CYCLING JOSE		CYCLING JOSE		
09.30	10.25	S 2	GAC FUSIÓ JOSE		TBC EVA		TONIFICACIÓ EVA	TONO CIRCUIT MARTA BRAÑAS
09.30	10.25	S 3	BARRE ANNA		DANCE CESAR		MAT PILATES ANNA	
10.00	10.55	S 3		MAT PILATES ANGELES		FLOW STRETCH ANNA		
10.30	11.10	S 2	GYM SUAU ANGELES		GYM SUAU ANGELES			
10.30	11.25	S 2					MANTENIMENT EVA	TONIFICIACIÓ MARTA BRAÑAS
11.00	11.55	S 2		GYM SUAU ANGELES		TONIFICIACIÓ ARNAU		
11.15	12.10	S 2	MAT PILATES ANGELES		MAT PILATES ANGELES			
11.15	12.10	S 3	ESQUENA SANA ANNA		ESQUENA SANA ANNA			

Ubicació: Wellness Center. Planta 1: Gimnàs Planta 0: Sala 2 i Sala 3 Planta -1: Cycling i Sala 0.
Reserva prèviament a la app TECHONGYM o al email activitatsdirigides@rctb1899.es

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES
maig 2026

Wellness Center

INICI	FI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
11.30	12.15	cycling						CYCLING MARTA BRAÑAS
12.15	13.00	piscina	AQUAGYM ANNA	AQUAGYM ARNAU	AQUAGYM ARNAU	AQUAGYM ARNAU		
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 3		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	DANCE LATINO MAX		TONIFICACIÓ MAX		
18.00	18.55	S 3		MAT PILATES MARTA NAVAS	BARRE ALEXIS	MAT PILATES ANGELES	BARRE MARTA CANTON	
18.00	18.55	S 0	TRX & ABDOS JORDI		TRX & ABDOS JORDI			
18.30	19.25	S 2					ESTIRAMENTS JORDI	
19.00	19.55	cycling						
19.00	19.55	S 2	TONIFICACIÓ JORDI	GAC XTREM JOSE	IOGA MARTA CANTON	ABDOMINALS MAX		
19.00	19.55	S 3	IOGA MARTA CANTON	ABDOMINALS MAX	CARDIO TONO ALEXIS	CYCLING MARTA BRAÑAS	IOGA MARTA CANTON	
19.00	19.55	S 0	GLUTI & CORE JOSE					
20.00	20.45	cycling		CYCLING JOSE				
20.00	20.55	S 2	BODY PUMP JOSE	TONIFICACIÓ JORDI		GAC MAX		
20.00	20.55	S 3	IOGA MARTA CANTON		MAT PILATES MARTA CANTON	ESTIRAMENTS MARTA BRAÑAS		

Ubicació: Wellness Center. Planta 1: Gimnàs Planta 0: Sala 2 i Sala 3 Planta -1: Cycling i Sala 0.
Reserva prèviament a la app TECHNOGYM o al email activitatsdirigides@rctb1899.es