

QUADRANT ACTIVITATS AGOST 2018

		DS	DG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DS	DG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ACTIVITATS DIRIGIDES	HORARI	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	10,00-11,00	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	BODYCOMBAT	CIRCUIT	STEPS	CIRCUIT	BODYCOMBAT	TANCAT	TANCAT	BODYCOMBAT	CIRCUIT	TANCAT	CIRCUIT	BODYCOMBAT
	11,00-11,30	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	CXWORX	ESTIRAMENTS	CXWORX	ESTIRAMENTS	CXWORX	TANCAT	TANCAT	CXWORX	ESTIRAMENTS	TANCAT	ESTIRAMENTS	CXWORX
	11,30-12,15	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	AERÒBIC	SH'BAM	BODYCOMBAT	SH'BAM	AEROBIC	TANCAT	TANCAT	AERÒBIC	SH'BAM	TANCAT	SH'BAM	AEROBIC
	17,15-18,00	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	SARA C.	SARA C.	SARA C.	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	TANCAT	SARA C.	SARA C.
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	STEPS	GAC	ZUMBA	CXWORX	ZUMBA	TANCAT	TANCAT	AERÒBIC	GAC	TANCAT	PILATES	ZUMBA
	18,00-18,45	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	SARA C.	SARA C.	SARA C.	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	TANCAT	SARA C.	SARA C.
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	CIRCUIT	ZUMBA	CXWORX	ZUMBA	PILATES	TANCAT	TANCAT	CXWORX	ZUMBA	TANCAT	GAC	CXWORX
18,45-19,30	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	SARA C.	SARA C.	SARA C.	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	SARA C.	TANCAT	SARA C.	SARA C.	
ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	ESTIRAMENTS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	TANCAT	TANCAT	BODYCOMBAT	CXWORX	TANCAT	ZUMBA	PILATES	
PISCINA	HORARI	TANCAT	TANCAT	PISCINA OBERTA DE 10:00 A 20:00				TANCAT	TANCAT	PISCINA TANCADA - PARADA TÈCNICA					
SALA FITNESS I CARDIOVASCULAR	HORARI	TANCAT	TANCAT	SALA OBERTA DE 10:00 A 20:00				TANCAT	TANCAT	SALA OBERTA DE 10:00 A 20:00					
		DS	DG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DS	DG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ACTIVITATS DIRIGIDES	HORARI	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	10,00-11,00	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	BODYCOMBAT	CIRCUIT	STEPS	CIRCUIT	BODYCOMBAT	TANCAT	TANCAT	BODYCOMBAT	CIRCUIT	STEPS	CIRCUIT	ZUMBA
	11,00-11,30	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	CXWORX	ESTIRAMENTS	CXWORX	ESTIRAMENTS	CXWORX	TANCAT	TANCAT	CXWORX	ESTIRAMENTS	CXWORX	ESTIRAMENTS	MANTENIMENT
	11,30-12,15	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	TANCAT	TANCAT	CLARISSE	ALFONSO	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	AERÒBIC	SH'BAM	BODYCOMBAT	SH'BAM	AEROBIC	TANCAT	TANCAT	ZUMBA	SH'BAM	BODYCOMBAT	SH'BAM	ESTIRAMENTS
	17,15-18,00	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ROSA	ROSA	ROSA	ROSA	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA	NOELIA	NOELIA
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	STEPS	PILATES	B. PUMP	AQUAFITNESS	TBC	TANCAT	TANCAT	SH'BAM	ESTIRAMENTS	MANTENIMENT	COMBO	PILATES
	18,00-18,45	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ROSA	ROSA	ROSA	ROSA	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA	NOELIA	NOELIA
	ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	SH'BAM	TONO	ZUMBA	PILATES	B. PUMP	TANCAT	TANCAT	CIRCUIT	CXWORX	ESTIRAMENTS	ESTIRAMENTS	COMBO
18,45-19,30	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ROSA	ROSA	ROSA	ROSA	TANCAT	TANCAT	ALFONSO	ALFONSO	NOELIA	NOELIA	NOELIA	
ACTIVITAT	TANCAT	TANCAT	ESTIRAMENTS	MINDBODY	ESTIRAMENTS	TBC	MINDBODY	TANCAT	TANCAT	AERÒBIC	BODYCOMBAT	AQUAFITNESS	IOGALATES	AQUAFITNESS	
PISCINA	HORARI	TANCAT	TANCAT	PISCINA OBERTA DE 10:00 A 20:00				TANCAT	TANCAT	PISCINA OBERTA DE 10:00 A 20:00					
SALA FITNESS I CARDIOVASCULAR	HORARI	TANCAT	TANCAT	SALA OBERTA DE 10:00 A 20:00				TANCAT	TANCAT	SALA OBERTA DE 10:00 A 20:00					