

HORARIS D'ACTIVITATS



A PARTIR DEL 12 DE FEBRER

INICI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE	SALA	INICI
08.15	1			<small>NOVA</small> IOGA					1	08.15
08.15	2	MAC-ROLL		COS GLOBAL		IOGA			2	08.15
09.30	1	TONIFICACIÓ	TONIFICACIÓ	COS GLOBAL	VINE A BALLAR	TONIFICACIÓ			1	09.30
09.30	2	MAC-ROLL	VIDANSA	TONIFICACIÓ	VIDANSA	PASSIÓ PEL BALL			2	09.30
10.00	2							FULL BODY	2	10.00
10.30	1	TONIFICACIÓ SUAU	COS GLOBAL	TONIFICACIÓ SUAU	MAC-ROLL	ESTIR. CONSCIENTS	TONIFICACIÓ		1	10.30
10.30	2						SPINNING		2	10.30
11.15	1							SPINNING	1	11.15
11.30	1						ZUMBA		1	11.30
11.45	P	AGUA-GYM		AGUA-GYM					P	11.45
15.00	2	COS GLOBAL		COS GLOBAL					2	15.00
17.30	2		HIP-HOP INF.		HIP-HOP INF.	HIP-HOP INF.			2	17.30
18.00	1	TONIFICACIÓ	TONO-BARRA	TONIFICACIÓ	VINE A BALLAR	TONIFICACIÓ			1	18.00
18.00	2	MAC-ROLL	PILATES	MAC-ROLL	<small>NOVA</small> ROUND-SYSTEM				2	18.00
19.00	1	TONIFICACIÓ	TONIFICACIÓ	ZUMBA	PASSIÓ PEL BALL				1	19.00
19.00	2	MAC-ROLL	IOGA	PILATES	PILATES	ESTIR. CONSCIENTS			2	19.00
20.00	1	XL SPINNING 90'	FULL BODY	XL SPINNING 90'	<small>NOVA</small> IOGA	SPINNING			1	20.00
20.00	2	PASSIÓ PEL BALL			PILATES				2	20.00

Hem preparat aquesta proposta a partir dels vostres interessos i desitjos... esperem que gaudiu molt de totes les activitats. Com ja sabeu, les classes poden variar en funció de l'assistència i del professorat i del seguiment de les noves tendències que sempre tenim en compte.

Durant aquesta temporada, els dissabtes al matí farem masterclasses de zumba, mac roll, ball i altres, sempre gratuït per als abonats al Reset-gym.