

HORARI ESPECIAL D'ESTIU MAIG, JUNY I JULIOL



POB PROGRAMA OPERACIÓ BIQUINI

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								2	10.00
10.30	1	TONIFICACIÓ SUAU	COS GLOBAL	TONIFICACIÓ SUAU	MAC-ROLL	E. 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	E. 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

Aquest estiu serrà diferent. Estaràs preparada per gaudir amb tranquil·litat i bona forma física de les teves vacances. A Reset-gym trobaràs durant aquest tres mesos classes especialitzades en aconseguir els teus propòsits. Sabem que fer totes les classes POB és quasi impossible però us posem a l'abast moltes i diferents activitats perquè pogueu triar el vostre horari. Tot l'equip de professor de Reset estarem per vosaltres per aconseguir que arribeu a l'estiu contents i que estigieu bé per dintre i per fora... Us pasarem la informació de tots els tallers de nutrició, cuina, manualitats i més coses que tenim programats per a tots vosaltres per que us hi pogueu apuntar amb temps. Ara a començar el POB!

Classes dedicades al Programa Operació Biquini per enfortir i cremar calories.

Classes dedicades al Programa Operació Biquini per relaxar-te, aprendre a veure les coses més tranquil·lament. Preparar-te pel l'estiu.