

HORARIS D'ACTIVITATS



A PARTIR DE L'11 DE FEBRER

INICI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08.15	1	TONIFICACIÓ	TONIFICACIÓ			
08.15	2	MAC-ROLL		COS GLOBAL		KUNDALINI IOGA
09.30	1	VINE A BALLAR	TONIFICACIÓ	TABATA	TONIFICACIÓ	TONIFICACIÓ
09.30	2	MAC-ROLL		COS GLOBAL		
10.30	1		COS GLOBAL		MAC-ROLL	
10.45	1	TONIFICACIÓ SUAU		TONIFICACIÓ SUAU		ESTIR. CONSCIENTS
12.00	P	AGUA-GYM		AGUA-GYM		

15.00	2	COS GLOBAL		COS GLOBAL		
-------	---	------------	--	------------	--	--

18.00	1	VINE A BALLAR	TONO-BARRA	BODY FIT	TONIFICACIÓ	TONIFICACIÓ
18.00	2	MAC-ROLL	PILATES	MAC-ROLL	ESTIRAMENTS	DANCE-ZUMBA
19.00	1	HITS DANCE	TONIFICACIÓ	I ♥ DANCE	TABATA	TONIFICACIÓ
19.00	2	MAC-ROLL	KUNDALINI IOGA	PILATES	PILATES	ESTIR. CONSCIENTS
19.00	3	HATHA IOGA		HATHA IOGA		
20.00	1					SPINNING
20.00	2	JAZZ ADULTS			PILATES	
20.15	1	SPINNING	SPINNING	SPINNING		

SALA	INICI	DISSABTE*	DIUMENGE*
1	10.30	TONIFICACIÓ	
2	10.30	SPINNING	
1	11.15		SPINNING
1	11.30	DANCE-ZUMBA	

Estem fent un Reset més modern, apostant pels nous conceptes del fitness i, des d'aquest punt de vista, preparant noves classes pel mes de març.

Al febrer ja tenim per a vosaltres una gran sorpresa: torna Fran Abellan al Reset amb les seves classes "I love dance" i una nova modalitat que us encantarà, Body fit.

A més, ampliem les classes dels divendres amb l'energia de la Vanessa i les seves sessions de Zumba, amb noves coreografies, i de Tono.

Al mes de març encara us esperen més novetats!