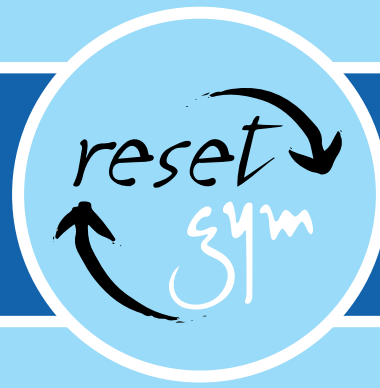


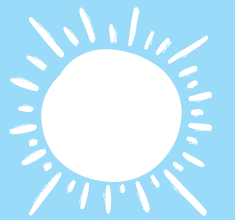
# HORARIS D'ACTIVITATS



A PARTIR DEL 3 DE JUNY

INICI	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08.15	1	TONIFICACIÓ	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			
10.45	1	TONIFICACIÓ SUAU		TONIFICACIÓ SUAU		ESTIR. CONSCIENTS
12.00	P	AGUA-GYM		AGUA-GYM		
14.00	1	<b>LES MILLS BODYPUMP™</b>			<b>LES MILLS BODYPUMP™ EXPRESS</b>	
15.00	2	COS GLOBAL	MAC-ROLL	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	<b>LES MILLS BODYPUMP™</b>	TONIFICACIÓ
19.00	2	MAC-ROLL	KUNDALINI IOGA	PILATES	PILATES	ESTIR. CONSCIENTS
19.00	3	HATHA IOGA		HATHA IOGA		
20.00	1				<b>LES MILLS BODYPUMP™ EXPRESS</b>	SPINNING
20.00	2	JAZZ ADULTS				
20.15	1	SPINNING	<b>LES MILLS BODYPUMP™</b>	SPINNING		

SALA	INICI	DISSABTE*	DIUMENGE*
1	10.15	TONIFICACIÓ	
2	10.15	SPINNING	
1	11.00		SPINNING
1	11.15	DANCE-ZUMBA	
1	12.15		<b>LES MILLS BODYPUMP™</b>

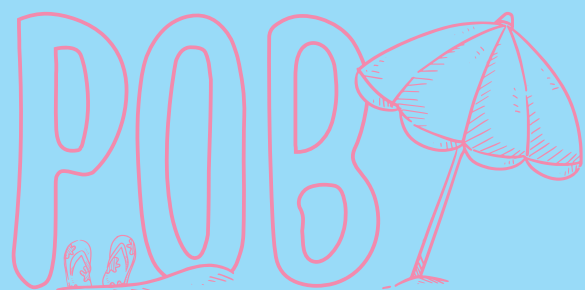


Promoció

**10 €/mes**

per familiars de titular de quota Reset gym

El Reset-gym aposta per la família i obre les portes amb una quota de 10 euros al mes per el familiars (parella i fills) del titular del Reset-gym. Una promoció pensada en que fer classes dirigides sigui assequible per a tota la família. Un bon moment perquè apunteu a les vostres parelles o fills a fer activitats dirigides al club. Un moment en que tenim un munt de classes i programes especials per l'estiu.



Et proposem un programa molt senzill... vine cada dia a una de totes aquestes classes i arribaràs a aconseguir els teus propòsits. La combinació de classes de força (Body Pump o tonificació) amb classes més cardiovasculars, spinning, ball, tabata o zumba son un bon pack per a posar-te a punt per l'estiu.

També es important tenir cura de la salut de la teva esquena, de l'equilibri postural, de l'elasticitat de les fibres musculars, per tot això no oblidis les classes de Pilates, Mac Roll, estiraments, Cos global, etc...

I com volem animar-te a que fer moltes classes... et regalarem "xapes POB" en algunes classes aleatòries per aconseguir la samarreta d'aquest any de POB... super maca!!

Així doncs... a tope i aprofiteu la promoció!