

HORARI

ACTIVITATS GIMNÀS 24-25

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	HORA	
9:30	GIMNÀSTICA TERAPÈUTICA		GIMNÀSTICA TERAPÈUTICA			9:30	
10:30					CAMINADES SALUDABLES	10:30	
11:30							11:30
16:30		PILATES		PILATES		16:30	
17:00						17:00	
17:15	IOGA		PILATES		IOGA		17:15
17:30						17:30	
17:30		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA			17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
18:30						18:30	
18:45				18:45			
18:45	POSA'T A PUNT		POSA'T A PUNT		POSA'T A PUNT	18:45	
19:00		PILATES		PILATES		19:00	
19:30							19:30
19:45					19:45		
19:45	ENTRENAMENT FUNCIONAL	PILATES	ENTRENAMENT FUNCIONAL		19:45		
20:00						20:00	
20:15						20:15	
20:30					20:30		
20:45					20:45		
20:15	HIPOPRESSIUS (SALA POLIVALENT)					20:15	
21:00					21:00		

HORARI ACTIVITATS PAVELLÓ 24-25																			
HORA	DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			HORA			
	M. 1	M. 2	M. 3	M. 1	M. 2	M. 3	M. 1	M. 2	M. 3	M. 1	M. 2	M. 3	M. 1	M. 2	M. 3				
9:30																9:30			
10:30																10:30			
11:30																11:30			
16:30	CLUB RÍTMICA ALMENAR						CLUB RÍTMICA ALMENAR						CLUB RÍTMICA ALMENAR			16:30			
17:00		MULTI ESPORTS	BÀSQUET		RÍTMICA	MULTI ESPORTS		BÀSQUET							17:00				
17:30															17:30				
17:30															17:30				
18:00															18:00				
18:00		TIR ARC - INF	BÀSQUET	CLUB RÍTMICA ALMENAR					BÀSQUET						18:00				
18:30								HIIT								18:30			
19:00												STEPS				19:00			
19:30														HIIT		19:30			
19:30																19:30			
20:00																20:00			
20:30																20:30			
20:30				BALLA'T LA VIDA	VOLEI					BALLA'T LA VIDA	VOLEI					20:30			
20:45																20:45			
21:00																21:00			
21:00																21:00			
21:15					VOLEI						VOLEI					21:15			
21:30															21:30				
22:30																22:30			