

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
MIGDIA	7:05	<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	<b>CARDIOGIM</b> SALA 2 50'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	<b>GAC</b> SALA 2 50'	
	8:30	<b>GIM SUAU</b> SALA 2 50'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'	<b>GAC</b> SALA 2 50'	<b>BODYBALANCE</b> SALA 2 55'		
	9:00	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUACARDIO</b> P.GRAN 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUACARDIO</b> P.GRAN 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	
	9:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1					<b>CARDIOGIM</b> SALA 2 50'
	9:30	<b>CARDIOGIM</b> SALA 2 50'	<b>BODYBALANCE</b> SALA 2 55'	<b>TBC HIIT</b> SALA 2 50'	<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	
	10:00						<b>TBC</b> SALA 2 55'
	10:30	<b>GIM SUAU</b> SALA 2 50'	<b>ZUMBA</b> SALA 2 50'	<b>TBC</b> SALA 2 50'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	<b>ESTIRAMENTS</b> SALA 2 50'	<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1
	10:30					<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1	
	11:00						<b>GAC</b> SALA 2 50'
	11:30	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'		<b>AIGUACARDIO</b> P.GRAN 45'		<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	
	11:30	<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1			<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		
	14:00	<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1			<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1
	14:30						
	TARDA	15:00	<b>GAC</b> SALA 2 50'	<b>CARDIOGIM</b> SALA 2 50'	<b>BODYBALANCE</b> SALA 2 55'	<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'
15:15		<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUACARDIO</b> P.GRAN 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'		
16:00		<b>BODYATTACK</b> SALA 2 45'	<b>GAC</b> SALA 2 50'	<b>HIOPRESSIUS</b> SALA 2 45'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	
17:00		<b>BODYBALANCE</b> SALA 2 55'	<b>GIM SUAU</b> SALA 2 50'	<b>TBC</b> SALA 2 50'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'	<b>BODYATTACK</b> SALA 2 45'	
17:00		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1	
18:00		<b>CARDIOGIM</b> SALA 2 50'	<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	<b>ABDOMINALS</b> SALA 2 55'	<b>GAC</b> SALA 2 50'	<b>CROSSGIM</b> C.EXTERIOR 50'	
18:00			<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		
19:00		<b>BODYPUMP</b> SALA 2 55'	<b>CROSSGIM</b> C.EXTERIOR 50'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'	<b>BODYBALANCE</b> SALA 2 55'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	
19:00		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1				<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1	
19:30		<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUACARDIO</b> P.GRAN 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	<b>AIGUAGIM</b> P.PETITA 45'	
20:00		<b>GAC</b> SALA 2 50'	<b>CYCLING</b> SALA 1 50'	<b>PILATES</b> SALA 2 50'	<b>TBC</b> SALA 2 50'		
21:00		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1		<b>CYCLING VIRTUAL</b> SALA 1			

Centres Oficials



Activitats obertes per abonades/ts i de pagament per la resta, cal fer inscripció a la recepció del Gim10

Aquests horaris son susceptibles a modificacions per part de la direcció del centre en funció de les necessitats del servei

Franja verda: Intensitat baixa

Franja taronja: Intensitat mitjana

Franja vermella: Intensitat alta