

Activitats fitness indoor

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
08.00 h		GAC 2		CTC 2			
08.30 h	Zen OV 2		Tonificar OV 2		Cardio OV 2		
09.00 h		BODYPUMP 2		Equilibrium 1			
				Hiit 2			
09.10 h	CORE 1		Hiit 1				
09.30 h	CTC 2		En forma 2		GAC 2		
10.00 h	GAC 1	ZUMBA® 1	CORE 1	En forma CF 2		CTC 1	
		En forma CF 2				BODYPUMP 2	
10.30 h	Pilates 2		CTC 2		Estiraments 2		
11.00 h				Pilates 2	Balla OV 1	Pilates 1	
						CORE 2	
11.30 h	Estiraments 2		Equilibrium 2		Pilates 2		
12.00 h		Zen OV 2		Zen OV 2		Cycling 3	
14.00 h	Zen OV 2	Balla OV 2	Tonificar OV 2	Zen OV 2	Cardio OV 2		
18.00 h	CORE 1	GAC 1	CTC 1	BODYPUMP 2	CTC 1		
	BODYPUMP 2	Funcional 2	BODYPUMP 2		ZUMBA® 2		
19.00 h	BODYBALANCE 1	Pilates 2	ZUMBA® 2	BODYCOMBAT 2	Estiraments 1		
	BODYCOMBAT 2	Cycling 3	Cycling 3		GAC 2		
20.00 h	ZUMBA® 2	BODYCOMBAT 2	Estiraments 1	Pilates 2	BODYBALANCE 2		
	Cycling 3		GAC 2				

Activitats fitness outdoor

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
09.00 h		CTC 0					
10.00 h		Hiit 0			CORE 0		
18.00 h				GAC 0			
20.00 h				CTC 0			

Activitats aquàtiques

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
08.15 h	Aiguagim P	CTA P	CTA P	CTA P			
09.00 h					Aiguagim P		
09.15 h		Aiguagim P		Aiguagim P			
16.00 h		Aiguagim P		Aiguagim P			
19.00 h	CTA P	Aiguagim P	CTA P	Aiguagim P	CTA P		

Activitats online

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
07.00 h		AERO DANCE		GAP TONIFICA			
08.00 h	GAP TONIFICA		FIT IOGA		AERO DANCE	AERO DANCE	
09.00 h	AERO DANCE	FIT BALANCE	SÈNIOR EN FORMA	COMBAT BOXING		CORE	
09.30 h					CORE		POSTURAL ESTIRAM
10.00 h	FIT BALANCE	AERO DANCE	CTC	AERO DANCE	GAP TONIFICA	AERO DANCE	
11.00 h	SÈNIOR EN FORMA	GAP TONIFICA	POSTURAL PILATES	HIIT	FIT IOGA	FIT BALANCE	CTC
12.00 h	FIT IOGA	FIT IOGA	GAP TONIFICA	FIT BALANCE	GAP TONIFICA		
13.00 h		ESTIRAM		GAP TONIFICA			
14.00 h	GAP TONIFICA		AERO DANCE				
17.00 h	FIT IOGA	AERO DANCE	FIT BALANCE	FIT BALANCE	COMBAT BOXING		
18.00 h	FIT BALANCE	COMBAT BOXING	GAP TONIFICA	CTC	FIT BALANCE		
19.00 h	GAP TONIFICA	CTC	AERO DANCE	HIPOPRESS ESTIRAM	AERO DANCE		
20.00 h	AERO DANCE	ESTIRAM	FIT IOGA	FIT ATTACK	POSTURAL PILATES		
21.00 h		FIT ATTACK		AERO DANCE			

El centre es reserva el dret de variar les activitats/session ofertades així com de no impartir-ne alguna en el supòsit d'impossibilitat material o de substitució. Per a les classes Total Barre, Core i Group Cycling cal demanar la tarja de reserva de plaça a la recepció des d'1 hora abans de l'inici d'aquestes i entregar-la al tècnic/a de classe. Places limitades.

1 Sala 1 **12** Sala 2 **13** Sala 3 **14** Sala 4 **1P** Piscina petita **1G** Piscina gran **1O** Activitats Outdoor Pl. Joan Barnils

■ Classes OLIMFIT VIRTUAL al club

Activitats online. Cal donar-se d'alta a olimfit.com