

Pavelló Municipal d'Esports *Activitats dirigides*

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15	FIT MANTENIMENT	LES MILLS BODYBALANCE	FIT MANTENIMENT	LES MILLS BODYBALANCE	PILATES
10:15	AQUAFITNESS	AQUAGYM	AQUAFITNESS	AQUAGYM	AQUAFITNESS
15:15	TONO	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	TONO	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	CROSS TRAINING
17:00	TABATA FULL BODY	LES MILLS BODYBALANCE	TABATA FULL BODY	LES MILLS BODYBALANCE	TONO
18:00	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	ABDOMINALS 30'	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	ABDOMINALS 30'	IYOGA
18:30	POWER DUMBELLS		POWER DUMBELLS		
19:00	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	ZUMBA
19:00	AQUAERÒBIC	CICLE INDOR	AQUAERÒBIC	CICLE INDOR	
20:00	STEPS	POWER DISK	STEPS	FIT COMBAT	TRX TRAINING
20:00	CICLE INDOR	AQUAGYM	CICLE INDOR	AQUAGYM	

*La graella d'activitats està subjecta a canvis.

*La direcció del pavelló es reserva el dret de fer qualsevol canvi en l'horari si ho creu necessari.

*Les activitats dirigides poden quedar suspeses per causes internes o externes així com períodes vacacionals.



Ajuntament de
la Selva del Camp

