

Pavelló Municipal d'Esports *Activitats dirigides*

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:15	 FIT MANTENIMENT	BALANCE	 FIT MANTENIMENT	BALANCE	PILATES 
10:15	AQUAGYM 	AQUAGYM 	AQUAGYM 	AQUAGYM 	AQUAGYM 
15:15	TONO 	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	TONO 	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	CROSS TRAINING 
17:15	HIT '30 FULL BODY	ABDOMINALS30' 	HIT '30 FULL BODY	ABDOMINALS30' 	TONO 
18:00	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	BALANCE	G.A.C Glutis · Abdominals · Cames	BALANCE	MOBILITY 
18:30	POWER DUMBELLS 		POWER DUMBELLS 		
19:15	PILATES 	 ZUMBA 	PILATES 	 ZUMBA 	 ZUMBA 
19:15	AQUAGYM 	CICLE INDOR 	AQUAGYM 	CICLE INDOR 	
20:15	STEPTONO	FIT COMBAT 	STEPTONO	POWERDISK 	 TRX TRAINING 
20:15	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

