

Horaris de les activitats dirigides

Ja podeu consultar els horaris de les **activitats dirigides**, que es començarà a aplicar a partir del dilluns 4 de setembre. Com sempre, cal reserva prèvia. Aforament limitat.

Â

En la mateixa línia de la temporada 2022-2023, continuem oferint activitats molt diverses: **pump core, pilates clàssic, bike control, GAC, dansa, aerodance, tonificació, cardio/tono i ioga integral**. Preu: 3 euros per a socis i 6 per a no socis.

Â

Les reserves s'han de fer al telèfon de l'Isaac (**623 55 99 51**) a partir del 28 d'agost, via WhatsApp (no trucada). Pel que fa a la dansa, s'ha de fer la inscripció a la recepció del club.



Reserves
623.559.951

Horari d'activitats dirigides

04 de setembre de 2023

QUADRE 1

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:15 A 10:15	SALA 1		BIKECONTROL (ISAAC)			
15:15 A 16:15	SALA 1				BIKECONTROL (ISAAC)	
17:15 A 18:15	SALA 2		DANSA 1 (LAIA)	YOGA INTEGRAL (SUSANA)	DANSA 1 (LAIA)	
17:30 A 18:30	SALA 2	CARDIO/TONO (CRISTINA)				
18:00 A 19:00	SALA 2					PUMP CORE (ISAAC)
18:30 A 19:30	SALA 2	TONIFICACIÓ (CRISTINA)	DANSA 2 (LAIA)	G.A.C. (MARINA)	DANSA 2 (LAIA)	
19:15 A 20:15	SALA 1					BIKECONTROL (ISAAC)
19:30 A 20:30	SALA 2	PILATES CLÀSSIC (MARINA)	PUMP CORE (ISAAC)	CARDIO/TONO (MARINA)	PILATES CLÀSSIC (MARINA)	
19:45 A 20:45	SALA 1			BIKECONTROL (ISAAC)		
20:30 A 21:30	SALA 1	BIKECONTROL (ISAAC)				
20:30 A 21:30	SALA 2		AERODANCE (ISAAC)		TONIFICACIÓ (MARINA)	

Activitats adherides a reserva prèvia i aforament màxim.

SOCIS 3€
NO SOCIS 6€