Consulteu els horaris de juliol de les activitats dirigides i el gimnàs

Ja podeu consultar la graella d'activitats dirigides i del gimnas per al mes de juliol, que entraran en vigor a partir d'aquest dimecres.Â
Aquest mes es continuaran oferint aquestes activitats: bikecontrol, pilates, tonificaciÃ³, ioga i pump.Â
Â
Els principals canvis que hi ha en relaciÃ³ a juny sÃ³n les classes de bikecontrol del mati i migdia, que desapareixen, i s'afegeixen dos torns mes de gimnas, un al mati i un altre a la tarda. Podeu veure tots els horaris a sota.

Recordeu que, a causa de la Covid 19, els usuaris de les activitats dirigides i el gimnÃ s han de reservar amb antelÂ·laciÃ³. A mÃ©s, les sessions estan restringides a una xifra concreta de persones.

Consulteu aquÃ- el protocol que han de fer servir els usuaris:
- Protocol d'Ãºs del gimnÃ s
- Protocol d'Ãºs de les activitats dirigides

Horari d'activitats dirigides

Juliol de 2020

QUADRE 1

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
19:00 A 20:00	SALA 2		PILATES (CRISTINA)		TONIFICACIÓ (CRISTINA)	
19:00 A 20:00	SALA 1	BIKECONTROL (ISAAC)		BIKECONTROL (ISAAC)		PUMP (ISAAC)
20:30 A 21:30	SALA 2		YOGA (CRISTINA)		PILATES (CRISTINA)	
20:30 A 21:30	SALA 1	BIKECONTROL (ISAAC)		BIKECONTROL (ISAAC)		BIKECONTROL (ISAAC)

Activitats adherides a pagament puntual o abonaments de 10 sessions.

Reserves al 660.189.326

6 places

Activitats de pagament puntual, truca i informa't!!!

FOMENT D'ESPORTS TONA

Reserves
660.189.326

Horari gimnàs

Juliol de 2020

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:00 A 10:00	GIMNÀS			RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)
9:45 A 10:45	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)			
10:15 A 11:15	GIMNÀS			RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)
11:00 A 12:00	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)			
15:00 A 16:00	GIMNÀS	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)				
16:00 A 17:00	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	
16:15 A 17:15	GIMNÀS	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)
17:15 A 18:15	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	
17:30 A 18:30	GIMNÀS	RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)
18:30 A 19:30	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	
19:45 A 20:45	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	
21:00 A 22:00	GIMNÀS		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)		RESERVA PRÈVIA (8 PLACES)	

Hores adherides a reserva prèvia i aforament màxim de 8 persones.