

DOWNLOAD PRINTING TIMETABLES [HERE](#)

HORARI CLASSES DIRIGIDES PISCINA - ESTIU 2023

	DILLUNS	DIMARTS	DIMERCRES	DIJOUS	DIVENDRES
HORA	PISCINA	PISCINA	PISCINA	PISCINA	PISCINA
08.15-09.00	AQUAFITNESS	GIMNÀSTICA SUAU	AQUAFITNESS	GIMNÀSTICA SUAU	GIMNÀSTICA SUAU
09.30-10.15		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	

AQUAFITNESS: SET INTENSITAT MATA ALTA

GIMNÀSTICA SUAU: SET INTENSITAT BASSA

BANY LLIBRE NOMÉS AMB CITA PRÈVIA A L'APLICACIÓ IMI CLUB ONLINE.

TOTES LES CLASSES S'HAN DE RESERVAR AMB CITA PRÈVIA A L'APLICACIÓ IMI CLUB ONLINE.

HORARI CLASSES DIRIGIDES POLIESPORTIU ANTONI BLANC

MATINS	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES
08.05/08.50	CIRCUIT		GAC	PILATES	CICLE HIT		TABATA	PILATES	TONO	
09.10/09.55	CICLE HIT		CIRCUIT	PILATES	TABATA		TONO	PILATES	CIRCUIT	
10.00/10.30	HIT		HIT		HIT		HIT		HIT	
14.00/14.45				PILATES				PILATES		

TARDES	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES	S. D'USOS MÚLTIPLES	SALA PILATES
16.00/16.45	CICLE HIT		CIRCUIT		TONO		TABATA			
17.00/17.45	HIT		CICLE HIT		HIT				HIT	
17.45/18.15									CORE	
18.15/19.00	HIT TEEN		HIT TEEN		ETTO.FUNC.		HIT TEEN		ETTO.FUNC.	
19.15/20.00	CIRCUIT		CICLE HIT		GAC		CICLE HIT		CICLE HIT	
20.15/21.00	TABATA	PILATES	TONO	PILATES	CICLE HIT	PILATES	CIRCUIT	PILATES	GAC	
21.00/21.30	ESTIRAMENTS				ESTIRAMENTS					

LES CLASSES S'HAN DE RESERVAR AMB CITA PRÈVIA A L'APLICACIÓ «MI CLUB ONLINE»

LES CLASSES DE PILATES SON EN GRUPS TANCATS – INFO AL POLIESPORTIU