

ACTIVITATS D'ESTIU 2022/2023

JUNY

DANSA

ACTIVITAT	DIES	HORARI	SALA	PROFESSOR	PREU
BACHATA	Dilluns	19,30-20,30	Sala Dansa Pavelló	TONI GARLAND	10,50 €
SALSA 1	Dilluns	20,30-21,30	Sala Dansa Pavelló	TONI GARLAND	10,50 €
SALSA i BACHATA	Divendres	16,30-18,00	Sala aeròbic poliesportiu	TONI GARLAND	10,50 €

SALUT

ACTIVITAT	DIES	HORARI	SALA	PROFESSOR	PREU
CHIKUNG Y M M	Dimarts i Dijous	14,30-16,00	Gimnàs	MAGDA CHIRALT	12,50 €
ESTIRAMENTS CADENES MUSC.	Dimarts i Dijous	16,00-17,30	Gimnàs	MAGDA CHIRALT	12,50 €
PILATES 1	Dilluns i Dimecres	08,00-09,00	Gimnàs	MAITE REY	12,50 €
PILATES 2	Dimarts i Dijous	08,00-09,00	Gimnàs	MAITE REY	12,50 €
PILATES 3	Dimarts i Dijous	10,00-11,00	Gimnàs	GUADALUPE ABAD	12,50 €
PILATES 4	Dilluns i Dimecres	13,00-14,00	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €
PILATES 5	Dilluns i Dimecres	14,00-15,00	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €
PILATES 6	Dilluns i Dimecres	15,00-16,00	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €
PILATES 7	Dilluns i Dimecres	17,00-18,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
PILATES 8	Dimarts i Dijous	18,00-19,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
PILATES 9	Dimarts i Dijous	19,00-20,00	Gimnàs	GUADALUPE ABAD	12,50 €
PILATES 10	Divendres	08,00-09,00	Gimnàs	MAITE REY	10,50 €
TAICHI 1	Dilluns i Dimecres	13,15-14,45	Poliesportiu	MAGDA CHIRALT	12,50 €
IOGA-RELAXACIÓ 1	Dilluns i Dimecres	15,00-16,30	Sala aeròbic poliesportiu	MAGDA CHIRALT	12,50 €
IOGA-RELAXACIÓ 2	Dimarts i Dijous	13,00-14,30	Gimnàs	MAGDA CHIRALT	12,50 €

EN FORMA

ACTIVITAT	DIES	HORARI	SALA	PROFESSOR	PREU
AEROGAP 1	Dilluns i Dimecres	16,00-17,00	Gimnàs	GUADALUPE ABAD	12,50 €
AEROGAP 2	Dimarts i Dijous	14,30-15,30	Sala aeròbic poliesportiu	GUADALUPE ABAD	12,50 €
CALISTÈNIA 1	Dimarts i Dijous	13,00-14,00	Terrassa	ABEL BALLESTER	12,50 €
CALISTÈNIA 2	Dilluns i Dimecres	13,00-14,00	Terrassa	ABEL BALLESTER	12,50 €
CIRCUIT TRAINING 1	De dilluns a dijous	18,00-19,00	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	12,50 €
CIRCUIT TRAINING 2	De dilluns a dijous	14,00-15,00	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	12,50 €
CUBBÀ	Dilluns i Dimecres	19,00-20,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
MANTENIMENT 1	Dimarts i Dijous	11,00-12,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
MANTENIMENT 2	Dilluns i Dimecres	18,00-19,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
MUSCULACIÓ 1	De dilluns a dijous	08,00-10,00	Sala musculació Pavelló	ALEJANDRO SANCHEZ	16,00 €
MUSCULACIÓ 2	De dilluns a dijous	15,00-17,00	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	16,00 €
MUSCULACIÓ 3	De dilluns a dijous	19,30-21,30	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	16,00 €
SPINNING 1	Dimarts i Dijous	09,00-10,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
SPINNING 2	Dilluns i Dimecres	20,00-21,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €
SPINNING 3	Dimarts i Dijous	20,00-21,00	Gimnàs	GUADALUPE	12,50 €

JULIOL

SALUT

ACTIVITAT	DIES	HORARI	SALA	PROFESSOR	PREU
PILATES 1	Dilluns i Dimecres	08,00-09,00	Gimnàs	MAYTE REY	12,50 €
PILATES 2	Dimarts i Dijous	08,00-09,00	Gimnàs	MAYTE REY	12,50 €
PILATES 3	Dilluns i Dimecres	13,00-14,00	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €
PILATES 4	Dilluns i Dimecres	15,00-16,00	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €
PILATES 5	Dilluns i Dimecres	19,45-20,45	Gimnàs	MANUEL CALDITO	12,50 €

EN FORMA

ACTIVITAT	DIES	HORARI	SALA	PROFESSOR	PREU
CIRCUIT TRAINING 1	De Dilluns a Dijous	18,00-18,50	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	12,50 €
CIRCUIT TRAINING 2	De Dilluns a Dijous	10,00-10,50	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	12,50 €
MUSCULACIÓ 1	De Dilluns a Dijous	08,00-10,00	Sala musculació Pavelló	ALEJANDRO SANCHEZ	16,00 €
MUSCULACIÓ 2	De Dilluns a Dijous	19,00-21,00	Sala musculació Pavelló	ABEL BALLESTER	16,00 €