

HORARI ACTIVITATS DIRIGIDES

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
9:15	10:00	PISC.	AQUACARDIO	AQUATONO	AQUAGAC	AQUACARDIO	AQUATONO		
9:30	10:25	3		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			
9:30	10:25	1	BODY ATTACK BODY COMBAT	ZUMBA STEP	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA	BODY STEP GAC RADIKAL		
10:30	11:00	FIT	ABD XTREME "15"		ABD XTREME "15"				
10:30	11:25	1	LES MILLS BODYBALANCE		PILATES		ACTIVA'T	ZUMBA	
10:30	11:15	PISC.		AQUACARDIO		AQUATONO			
11:30	12:25	1						LES MILLS BODYPUMP	
13:45	14:40	1/2	LES MILLS BODYPUMP	BODY ATTACK BODY COMBAT	BODY STEP GAC RADIKAL	HBX			
15:15	16:00	PISC.		AQUATONO		AQUACARDIO			
15:20	16:15	1	ZUMBA	BODY STEP GAC RADIKAL	SH'BAM	LES MILLS BODYPUMP	HBX		
15:20	16:15	3	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				
17:30	18:25	1	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA	LATINO	SH'BAM	LES MILLS BODYPUMP		
17:30	18:25	2		ZUMBA KIDS		ZUMBA KIDS			
18:30	19:25	1	BODY STEP	LES MILLS BODYPUMP	STRONG BY ZUMBA	LES MILLS BODYCOMBAT	ZUMBA		
18:30	19:25	2	LES MILLS BODYBALANCE	HBX	PILATES	GAC RADIKAL			
18:30	19:25	3	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
19:15	19:30	FIT	ABDXTREME"15"		ABDXTREME"15"				
19:30	20:25	1	SH'BAM	BODY ATTACK	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYBALANCE		
19:30	20:15	PISC.	AQUACARDIO	AQUAGAC	AQUABOX	AQUATONO	AQUACARDIO		
19:30	20:25	3	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR				
19:30	20:25	2	HBX	PILATES		LES MILLS BODYBALANCE	HBX		
19:30	20:00	FIT		TRX	GAC XTREME "20"	ENTRENAMENT FUNCIONAL			
20:30	21:00	FIT	ENTRENAMENT FUNCIONAL		TRX				
20:30	21:25	3		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			
20:30	21:25	1	LES MILLS BODYCOMBAT	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA			
20:30	21:25	2			LES MILLS BODYBALANCE				
21:30	22:30	1	YOGA			YOGA			



@MontcadaAqua

MontcadaAqua

LES MILLS



AQUÀTIQUES

COREOGRAFIADA

TONIFICACIÓ

COS I MENT

CARDIOVASCULARS

CICLO INDOOR

MICROSESSIONS

La instal·lació es reserva el dret de modificar el nombre de sessions, el contingut i els horaris d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Els horaris es modificaran durant el Nadal, Setmana Santa i els mesos d'estiu.