



QUADRANT D'ACTIVITATS

2026-2027

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:30 - 8:30	INTERVAL BOX	INTERVAL TRAINING	INTERVAL BOX	INTERVAL TRAINING	
11:00 - 12:00	PILATES	GIMSUAU	PILATES	GIMSUAU	
18:00 - 19:00	ENTRENAMENT FUNCIONAL	PILATES	ENTRENAMENT FUNCIONAL	PILATES	
19:00 - 20:00	INTERVAL TRAINING	INTERVAL BOX	INTERVAL TRAINING	INTERVAL BOX	

La direcció del centre podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, els continguts, els horaris i l'equip tècnic que les imparteix.