

Programa d'activitats dirigides

A partir de l'1 de març

CET 10[®]
Maresme
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

Sala 1

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:30	10:15	EDAT D'OR	PILATES	ESTIRAMENTS	PILATES	BODY BALANCE
10:30	11:15	IOGA		BODY BALANCE		IOGA
14:10	14:55			PILATES	IOGA	
18:00	18:45	GAP & HIIT		BODY COMBAT	BODY PUMP	BODY PUMP
19:00	19:45	BODY COMBAT	GAP & HIIT	PILATES	GAP & HIIT	

Outdoor

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
09:30	10:15	BODY PUMP	ZUMBA	CYCLING	BODY COMBAT	BODY PUMP	
10:30	11:15	ZUMBA	GAP & HIIT	BODY PUMP	GAP & HIIT	ZUMBA	ZUMBA
14:10	14:55	BODY PUMP		ZUMBA	BODY PUMP		
18:00	18:45		BODY PUMP	BODY BALANCE	ZUMBA		
19:00	19:45	ZUMBA		BODY PUMP	PILATES		

Cycling

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07:10	07:55	CYCLING		CYCLING		
09:30	10:15		CYCLING			
10:30	11:15	CYCLING				CYCLING
14:10	14:55		CYCLING			
17:00	17:45		CYCLING			
18:15	19:00	CYCLING		CYCLING	CYCLING	CYCLING
19:15	20:00	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING

Piscina petita

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07:15	08:00	AQUAGIM				
09:45	10:30	AQUADANCE		AQUAGIM		AQUADANCE
10:30	11:15	AQUAGIM		AQUADANCE		
19:00	19:45		AQUADANCE		AQUAGIM	AQUAGIM

Piscina gran

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07:15	08:00					AQUAGIM
10:30	11:15		AQUAGIM		AQUAGIM	
19:00	19:45	AQUAGIM		AQUAGIM		

Reserva la teva plaça a l'Àrea Client del nostre web.

El centre podrà modificar el nombre, contingut, horari o espai on es realitzen les sessions quan ho consideri necessari en funció de necessitats tècniques o climatològiques.

