

ACTIVITATS FÍSiques AL GIMNÀS MUNICIPAL 2009 - 2010

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
	GIMNÀS	JUDO	GIMNÀS	JUDO	GIMNÀS	JUDO	GIMNÀS	JUDO	GIMNÀS	JUDO
07,40 a 08,30	SPINNING		PILATES		SPINNING		PILATES		GAC	
09,15 a 10,05	AERÒBIC		SPINNING		GAC		SPINNING		PILATES	
10,30 a 11,20										
15,30 a 16,20	MANTENIMENT		SPINNING		STEPS		SPINNING		TONO - GAC	
17,30 a 18,20	PILATES	FITBALL	TONO		PILATES	FITBALL	GAC		STEPS	IOGA
18,30 a 19,20	TONO - GAC	THAI - TXÍ	SPINNING		STEPS	IOGA	SPINNING		MANTENIMENT	THAI - TXÍ
19,30 a 20,20	PILATES	FITBALL	TONO - GAC		SPINNING	THAI - TXÍ	MANTENIMENT		SPINNING	FITBALL
20,30 a 21,20	SPINNING		TONO - GAC		SPINNING		PILATES		TONO	