

Més 14 anys

Horari	Estudi	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7:30-8:25	Amfiteatre			Qcycling Matine		Qcycling Matine
7:30-8:25	Groc		TRX Tbc Interval			
8:30-9:15	Piscina	H2o moving	H2o fitness		H2o fitness	H2o Gym
8:30-9:15	Zen/ Groc			Gim suau		
9:15-10:05	Zen / verd	Pilates fusió		Pilates Essencial		Pilates Dinàmic
9:30-10:25	Groc	Tbc Extrem		TRX Tbc Extrem		
9:30-10:25	Amfiteatre		Qcycling Top		Qcycling Top	
10:10-10:55	Zen/ groc		Gim suau			
10:30-11:15	Piscina	H2o moving		H2O Gym		H2o Dreams
13:30-14:25	Groc	TRX Tbc Interval	Pilates fusió	Tbc energy	Pilates fusió	Qtraining
14:30-15:25	Amfiteatre		Qcycling Non stop		Qcycling Non stop	
15:30-16:15	Piscina		H2o Gym		H2o Gym	
15:30-16:25	Groc	Tbc Interval		TRX Tbc energy		
15:30-16:25	Blau/ verd	Gim suau		Gim suau		
17:30-18:25	Groc		Tbc Extrem		Tbc Extrem	
17:30-18:25	Groc	Qcycling Non stop		Qcycling Non stop		
18:00-19:00	Blau		Judo		Judo	
18:00-18:30	Fitness					
18:30-19:25	Groc	Tbc Interval	Qtraining	TRX Tbc Interval	Qtraining	TRX Tbc energy
18:30-20:00	Zen		Shanti loga			
18:30-19:25	Reformer	Step			QBalance	
18:30-19:25	Amfiteatre	Qcycling Top	Qcycling Control	Qcycling Top	Qcycling Non stop	Qcycling Top
19:00-19:30	Piscina		Aquatrainig Extrem		Aquatrainig Extrem	
19:00-19:25	Zen/ vermell	Pilates inici				
19:00-20:00	Blau		Judo		Judo	
19:30-20:25	Amfiteatre	Qcycling Asak	Qcycling Control	Qcycling Asak	Qcycling Non stop	Qcycling Top
19:30-20:25	Vermell/ zen		Gim suau		Gim suau	
19:30-20:25	Zen/ vermell	Pilates fusió		Pilates Fusió		Pilates Essencial
20:30-20:25	Reformer				Fusió Latina	
19:30-20:25	Groc	Tbc Interval	TRX Tbc energy	Qtraining	Tbc energy	
19:30-20:25	Blau	Taekwon-do		Taekwon-do		
19:30-20:30	Fitness		QRRunning		QRRunning	
19:30-21:00	Groc					
20:00-21:00	Blau					Savate - Boxa
20:00-20:45	Piscina	H2o Extreme		H2o Extreme		
20:00-20:55	Blau		F.contact-Boxa		F.contact-Boxa	
20:30-21:25	Piscina		H2o fitness		H2o fitness	
20:30-21:25	Groc		TRX Tbc Interval			
20:30-21:25	Groc					
20:30-21:40	Amfiteatre	Qcycling Tour	Qcycling BTT	Qcycling Tour	Qcycling interval	
20:45-21:40	Qcycling	Qcycling Tour	Qcycling BTT	Qcycling Tour	Qcycling interval	
21:00 - 21:55	Groc					
21:00-22:00	Blau	Savate - Boxa	Kick boxing		Kick boxing	
Horari	Estudi	Dissabte	Diumenge			
10:30-12:00	Amfiteatre	Qcycling	Qcycling			



SALUT

Demana una entrevista d'assessorament tècnic a recepció i et direm quina és l'activitat més adient per a tu.

És nou!

