

Programa d'activitats dirigides

Del 20 de juliol al 30 d'agost

CET 10®
Júpiter

CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

Sala 1

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:30	10:15	BODY PUMP	ZUMBA	PILATES	POSTURAL	ZUMBA
10:30	11:15	ZUMBA	HIIT	BODY PUMP	ZUMBA	BODY PUMP
14:15	15:00					ZUMBA
17:15	18:00	BODY BALANCE	POSTURAL	FUNCIONAL		
18:15	19:00	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA	PILATES	ZUMBA
19:15	20:00	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY PUMP		HIIT
20:15	21:00		HIIT	BODY COMBAT		

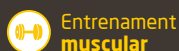
Cycling

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
08:00	08:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		
09:45	10:30	CYCLING	CYCLING	CYCLING	VIRTUAL	CYCLING		
10:00	10:45						VIRTUAL	VIRTUAL
12:00	12:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
14:15	15:00	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
17:00	17:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
19:00	19:45	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
20:00	20:45	CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL		
21:00	21:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		

Piscina petita

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

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



Entrenament muscular



Sessions cardiovasculars



Piscina petita



Educació postural



Sessions cycling



Sessions alta intensitat



Sessions mixtes



Ajuntament de Barcelona

El centre podrà modificar el nombre, contingut i horari de les sessions quan ho consideri necessari en funció de necessitats tècniques o de dates especials. **Els dies festius no hi haurà activitats dirigides.**