

# Programa d'activitats dirigides

A partir del 4 d'octubre

CET 10<sup>®</sup>  
Júpiter  
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

## Sala 1

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
07:15	08:00			BODY PUMP		
09:30	10:15	BODY PUMP	ZUMBA	BODY COMBAT	STEP	ZUMBA
10:30	11:15	ZUMBA	SOULBODY	BODY PUMP	ZUMBA	BODY PUMP
14:15	15:00	BODY COMBAT	BODY PUMP			ZUMBA
17:15	18:00	SOULBODY				
18:15	19:00	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA		ZUMBA
19:15	20:00	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY PUMP	SOULBODY	GRIT
20:15	21:00	ZUMBA	GRIT	BODY COMBAT	BODY PUMP	

## Sala 2

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
08:30	09:15		BODYBALANCE	POSTURAL		PILATES
09:30	10:15	POSTURAL	IOGA	EDAT D'OR	IOGA	
10:30	11:15	BODYBALANCE	PILATES	IOGA	PILATES	ESTIRAMENTS
17:15	18:00			BODYBALANCE		
18:10	18:55	POSTURAL	PILATES	POSTURAL		
19:00	19:45	PILATES	POSTURAL	ESTIRAMENTS	PILATES	
20:00	20:45	IOGA	BODYBALANCE	IOGA		

## Cycling

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
07:15	08:00	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL		
09:30	10:15	VIRTUAL	CYCLING	CYCLING	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL
10:30	11:15	CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
11:45	12:30	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
14:15	15:00	VIRTUAL	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
17:00	17:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
18:00	18:45	CYCLING	CYCLING		CYCLING	CYCLING	VIRTUAL	
19:00	19:45	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
20:00	20:45	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CETCYCLE	VIRTUAL		
21:00	21:45	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		

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



\*Les sessions complementàries no estan incloses a la quota. Per a més informació consulta a recepció.

# Programa d'activitats dirigides

A partir del 4 d'octubre

CET 10<sup>®</sup>  
**Júpiter**  
 CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

## Piscina

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
10:15	11:00	PROFUNDES		PROFUNDES		

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES	DISSABTE
07:15	08:00	AQUAGIM		AQUAGIM		AQUAGIM	
08:45	09:30	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	
09:30	10:15	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	
10:15	11:00		AQUAGIM		AQUAGIM		
11:15	12:00	TERAPÈUTICA			TERAPÈUTICA		
12:30	13:15						AQUAGIM
14:15	15:00		AQUAGIM		AQUAGIM		
18:00	18:45	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	
19:00	19:45	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	

## R&B

Inici	Fi	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
07:15	08:00	R&B				
09:45	10:30		R&B			R&B
14:15	15:00				R&B	
18:00	18:45	R&B			R&B	
19:00	19:45			R&B		
20:00	20:45		R&B			

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



\*Les sessions complementàries no estan incloses a la quota. Per a més informació consulta a recepció.