



# Piscina Coberta Municipal l'Alqueria d'Asnar

HORARI CLASSES GIMNÀS PROVISIONALS  
a partir del 01-01-17

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
9:30 - 10:30	YOGA	CARDIO COMBAT	YOGA	GAP		
10:30 - 11:30		MANTENIMENT I BALL SENIOR		MANTENIMENT I BALL SENIOR		
15:15 - 16:15	ENTRENAMENT EN SUSPENSÍO		GAP			
17:00 - 18:00				PILATES		
18:30 - 19:30	PILATES	ZUMBA	ESTILOS	TONIFICACIÓ	CARDIO COMBAT	
19:30 - 20:30	ESTILOS	CARDIO	BODY TRAINING	ZUMBA	FUNCIONAL TRAINIG	
20:30 - 21:30	BODY TRAINING	FUNCIONAL TRAINING	ENTRENAMENT EN SUSPENSÍO	FUNCIONAL TRAINIG		

**NOTES:**

\* EL GIMNÀS ESTARÀ OBERT AL PÚBLIC DE 7:00 A 21:40. Y DISSABTES DE 9:00 A 13:40,

\* EN LES CLASSES COL·LECTIVES, EL AFORAMENT ES LIMITAT. TENIU QUE DEMANAR LA FITXA A RECEPCIÓ.

\* HI HAURÀ MONITOR A LA SALA DE MÀQUINES DILLUNS I DIMECRES DE 18:30 A 20:30 I DIMARTS I DIJOUS DE 19:30 A 20:30.