

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:15	10:00	AQUAGYM (Piscina)		AQUAGYM (Piscina)		AQUAGYM (Piscina)
10:15	11:00	AQUAGYM (Piscina)	ENT. FUNCIONAL (sala 2)	AQUAGYM (Piscina)	GAC (sala 2)	PILATES HIPOPRESSIUS (Sala 2)
11:15	12:00	TONIFICACIÓ (sala 2)		PILATES (Sala 2)		
17:00	17:45		CIRCUIT TRAINING (sala 2)		ESQUENA SANA (Sala 2)	
18:00	18:45	ENTRENAMENT FUNCIONAL (sala 2)	CYCLING (Sala 1)	PILATES (Sala 2)	FIT PUMP (sala 2)	
18:45	19:30					CARDIO TONO (sala 2)
19:00	19:45	IOGA (Sala 2)	ESQUENA SANA (Sala 2)	CIRCUIT TONIFICACIÓ (sala 2)	CYCLING (Sala 1)	
20:00	20:45		AQUAGYM (Piscina)	CYCLING (Sala 1)	AQUAGYM (Piscina)	

PISCINA MUNICIPAL S'ARENAL
ACTIVITATS DIRIGIDES
DEL 17 DE MARÇ AL 30 DE JUNY'25