





## Sala SpinDiR

INICI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
<b>07.00</b>							
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>		
45'	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h		
<b>08.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>		
45'	08.30 a 09.15 h	08.30 a 09.15 h	08.30 a 09.15 h	08.30 a 09.15 h	08.30 a 09.15 h		
<b>09.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>
45'	09.30 a 10.15	09.30 a 10.15	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h
<b>10.00</b>	Toni	Toni	VIRTUAL	Toni	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>
45'	10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15	10.30 a 11.15	10.30 a 11.15 h
<b>11.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	Toni	Esther	VIRTUAL
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>
45'	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h
<b>12.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>
45'	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h
<b>13.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>
45'	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h
<b>14.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	
45'	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15 h	
<b>15.00</b>	VIRTUAL	Toni	VIRTUAL	Toni	VIRTUAL	VIRTUAL	
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	
45'	15.30 a 16.15 h	15.30 a 16.15 h	15.30 a 16.15 h	15.30 a 16.15 h	15.30 a 16.15 h	15.30 a 16.15 h	
<b>16.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	
45'	16.30 a 17.15 h	16.30 a 17.15 h	16.30 a 17.15 h	16.30 a 17.15 h	16.30 a 17.15 h	16.30 a 17.15 h	
<b>17.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	
45'	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	
<b>18.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	
45'	18.30 a 19.15	18.30 a 19.15	18.30 a 19.15	18.30 a 19.15	18.30 a 19.15 h	18.30 a 19.15 h	
<b>19.00</b>	Sergio	Sergio	Toni	Erik	VIRTUAL	VIRTUAL	
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>		
45'	19.30 a 20.15	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15 h		
<b>20.00</b>	Toni	VIRTUAL	Toni	VIRTUAL	VIRTUAL		
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	N	
45'	20.15 a 21.05 h	20.15 a 21.05 h	20.15 a 21.05 h	20.15 a 21.05 h	20.15 a 21.05 h		
<b>21.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		
15'							
30'	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>	<b>SPINDIR</b>		
45'	21.15 a 22.15 h	21.15 a 22.15 h	21.15 a 22.15 h	21.15 a 22.15 h	21.15 a 22.15 h		
<b>22.00</b>	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		

La direcció de Fitness podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen.

Una sessió pot quedar anul·lada en cas d'impossibilitat material de realitzar-se.  
Aquests horaris poden ser modificats periòdicament i durant els mesos estius i setmanes de Nadal.



## Sala Outdoor

INICI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
<b>07.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>08.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>09.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>10.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>11.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>12.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>13.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>14.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>15.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>16.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>17.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>18.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>19.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>20.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>21.00</b>							
15'							
30'							
45'							
<b>22.00</b>							

**CROSSDIR**  
18.15 a 19.10  
Esther

**CROSSDIR**  
18.15 a 19.10  
Esther

La direcció de Fitness podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen.

Una sessió pot quedar anul·lada en cas d'impossibilitat material de realitzar-se.  
Aquests horaris poden ser modificats periòdicament i durant els mesos estius i setmanes de Nadal.