



# ACTIVITATS DIRIGIDES

A PARTIR DEL 4 DE SETEMBRE DE 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

09:10

BODYPUMP  
Sara

TONOCARDIO  
Manoli

GAC  
Sara

SPINNING  
Manoli

STEPS  
Manoli

10:10

GIMNÀSTICA DOLÇA  
Sara

CONTROL POSTURAL  
Manoli

ESTIRAMENTS  
Sara

ESTIRAMENTS  
Manoli

