



activitats dirigides 2016

del 8 al 31 d'agost

INICI	FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09.30	10.20	S 3	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE
09.30	10.20	S 1	ZUMBA	BODY BALANCE	BODY PUMP	BODY COMBAT	ZUMBA
09.40	10.30	P		WET COMBO		AQUAGYM	
10.30	11.20	S 1	BODY PUMP	GAC	ZUMBA	FIT SUAU	
10.40	11.30	P	AQUAGYM		WET COMBO		
12.00	12.50	S 3	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE
13.30	14.20	S 3	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE
15.00	15.50	S 3	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE
16.30	17.20	S 3	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE
17.00	17.50	S 1		ZUMBA			
18.00	18.50	S 1	ZUMBA	BODY COMBAT	BODY PUMP	GLOBAL PILATES	ZUMBA
18.15	19.05	S 3	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE	VIRTUAL BIKE
18.15	19.05	S 2		TRF		TRF	
19.00	19.50	S 1	BODY PUMP	GAC	ZUMBA	BODY PUMP	
19.15	20.05	S 2	TRF		TRF		
19.15	20.05	S 3	VIRTUAL BIKE	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE	CICLO INDOOR	VIRTUAL BIKE
20.00	20.50	S 1				ZUMBA	

www.pmgornall-h.cat

S 1 Sala 1 S 2 Sala 2 S 3 Sala 3 P Piscina

AGOST						
Dl.	Dm.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

- Horari especial estiu
- Instal·lació tancada
- Instal·lació tancada (aturada tècnica)

Horari especial estiu - del 8 al 31 d'agost - Serveis i espais

Dl. a dv. - 8.45 a 21.00h / caps de setmana "TANCAT"

Sala de fitness. dl. a dv. - 9.00 a 21.00h / cap de setmana "TANCAT"

Piscina coberta. dl. a dv. - 9.00 a 21.00h / cap de setmana "TANCAT"

SAT (*): dl. a dv. - 9.00 a 21.00h / cap de setmana "TANCAT"

(*) Servei d'assessorament tècnic a la sala de fitness

La direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

