

HORARIS

Activitats Dirigides

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
8.15 - 9.05			loga Sala 2				
9.20 - 10.10	Hipopressius Sala 2	Cul10 Sala 2	Funcional Sala 2	Hipopressius Sala 2	Cul10 Sala 2		
17.15 - 18.05	Full Body Sala 2	Cul10 Sala 2	Body Pump Sala 2	Cardio Sala 2	Hipopressius Sala 2		
19.30 - 20.20	Ciclo Indoor Sala 1 Pilates Sala 2	loga Sala 1	Ciclo Indoor Sala 1 loga Sala 2	Ciclo Indoor Sala 1 Pilates Sala 2			
20.00 - 22.00		Salsa i bachata Sala 2 <i>De 20h a 22h</i>					

 Activitats Dirigides amb monitor presencial  Activitats Dirigides virtuals a triar amb **Fit4Life**

* El Centre Esportiu L'Escala es reserva el dret a realitzar canvis d'horari o cancel·lacions d'alguna activitat dirigida si no hi ha un aforament mínim de 4 persones per classe.