

HORARIS AGOST

Activitats dirigides

HORARIS INSTAL·LACIÓ

De dilluns a divendres: de 8h a 21h

Dissabtes: de 9h a 15h Diumenges: de 9h a 14h

15 d'agost TANCAT

ACTIVITATS DIRIGIDES de l'1 al 16 d'agost

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
9:00	AQUAGYM	PPF	AQUATBC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUAGAC	PPF	AQUAGYM	PPF
10:00	POWER PUMP	S1	PILATES	S1	ZUMBA	S1	GAC	S1	BOX TRAINING	S1
11:00	AQUATERÀPIA	PPF			AQUATERÀPIA	PPF			AQUATERÀPIA	PPF
16:30	AQUAGAC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUATBC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUADANCE	PPF
17:30	ZUMBA	S1	POWER PUMP	S1	SPINNING	S2	BOX TRAINING	S1	GAC	S1
18:30	AQUA TBC	PPF			AQUAGAC	PPF			AQUAGYM	PPF

ACTIVITATS DIRIGIDES del 19 al 30 d'agost

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
9:00	AQUAGYM	PPF	AQUATBC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUAGAC	PPF	AQUAGYM	PPF
10:00	POWER PUMP	S1	PILATES	S1	SPINNING	S2	GAC	S1	BOX TRAINING	S1
11:00	AQUATERÀPIA	PPF			AQUATERÀPIA	PPF			AQUATERÀPIA	PPF
16:30	AQUAGAC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUATBC	PPF	AQUAGYM	PPF	AQUADANCE	PPF
17:30	BODY COMBAT	S1	POWER PUMP	S1	SPINNING	S2	BOX TRAINING	S1	GAC	S1
18:30	AQUA TBC	PPF			AQUAGAC	PPF			AQUAGYM	PPF

*Les sessions tenen una durada de 45'

PPF Piscina poc fonda

S1 Sala 1

S2 Sala 2



Ajuntament
de Sant Adrià de Besòs



CEMBesòs



CEMBESÒS
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

www.cembesos.com