

HORARIS 2023

H	DILL	DIM	DIC	DIJ	DIV
7'30 8'30	RMT Entrenament funcional				
9'00 10'00	FEM Millora postural		RMT Entrenament funcional		RMT Entrenament funcional
10'00 11'00	RMT Entrenament funcional		PILATES Terra		
11'00 12'00		GENT GRAN En moviment		GENT GRAN En moviment	
12'00 13'00					
15'00 16'00	SÒL PELVIÀ Postura i força		SÒL PELVIÀ Postura i força		
16'00 17'00					
17'00 18'00					
18'00 19'00	SÒL PELVIÀ Postura i força	18'15 RMT	PILATES Terra		
19'00 20'00	PILATES Reformer	19'15 RMT	PILATES Terra	PILATES Terra	
20'00 21'00	RMT Entrenament funcional		RMT Entrenament funcional	PILATES Reformer	