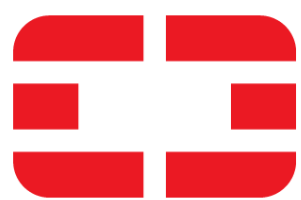


**Horari activitats dirigides 2025/26**

| Dilluns                                                 | Dimarts                                          | Dimecres                                                | Dijous                                           | Divendres                                               |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>9:00h | <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>9:00h | <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h |
| <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>9:10h          | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Marc<br>9:00h     | <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>9:10h          |                                                  | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Cesc<br>9:00h            |
| <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>9:20h           | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>9:00h   | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>9:20h           | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>9:00h   | <b>Ballaruka Sènior</b><br>Sala 1   Íngrid<br>10:00h    |
| <b>Fitness Sènior</b><br>Sala 3   Cesc<br>10:30h        | <b>Sènior</b><br>Ext   Cesc<br>9:45h             | <b>Chikung</b><br>Sala 1   Íngrid<br>10:05h             | <b>Sènior</b><br>Ext   Cesc<br>9:45h             | <b>Fitness Sènior</b><br>Sala 3   Cesc<br>11:00h        |
|                                                         |                                                  | <b>TonoFitness</b><br>Sala 3   Cesc<br>10:30h           |                                                  |                                                         |
| <b>Ioga</b><br>Sala 1   David<br>15:15h                 | <b>Pilates</b><br>Sala 1   Iris<br>15:15h        | <b>Ioga</b><br>Sala 1   David<br>15:15h                 |                                                  | <b>Pilates</b><br>Sala 1   Iris<br>15:15h               |
| <b>Tonificació</b><br>Exterior   Marc<br>17:30h         | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Rody<br>15:15h   | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>18:00h         | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Rody<br>15:15h   | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>15:15h           |
| <b>Sh'Bam</b><br>Sala 1   Judit<br>18:15h               | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Cesc<br>18:00h    | <b>GAC</b><br>Exterior   Carles<br>19:00h               | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>18:00 h   | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Iris<br>16:00h          |
|                                                         | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>19:00h    | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>18:30h / 19:30h  | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>19:00h   | <b>GAC</b><br>Exterior   Carles<br>18:00h               |
| <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Iris<br>19:00h          | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>19:00h    | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>19:00h       | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>19:00 h   | <b>Ballaruka</b><br>Sala 1   Íngrid<br>18:15h           |
| <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>18:30h / 19:30h  | <b>BodyCombat</b><br>Sala 1   Judit<br>19:30h    | <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>19:15h         | <b>Sh'Bam</b><br>Sala 1   Judit<br>19:10h        | <b>Chikung</b><br>Sala 1   Íngrid<br>19:10h             |
| <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>19:05h             | <b>Ioga</b><br>Can Pons   David<br>20:00h        | <b>Ballaruka</b><br>Sala 1   Íngrid<br>20:15h           | <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>20:00h      |                                                         |
| <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>20:00h             |                                                  |                                                         | <b>BodyControl</b><br>Sala 2   Íngrid<br>20:05h  |                                                         |

Pots reservar plaça des de l'enllaç de la web [candelfi.cat](http://candelfi.cat) o des del teu mòbil. També es pot fer trucant al telèfon 972 86 10 20. Podeu tenir activades quatre reserves a l'hora.  
La direcció es reserva el dret a modificar les activitats programades.



**Horari activitats dirigides 2025/26**

| Dilluns                                                 | Dimarts                                          | Dimecres                                                | Dijous                                           | Divendres                                               |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>9:00h | <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>9:00h | <b>Aquadynàmic</b><br>Pisc   Cesc/Rody<br>9:00h / 9:45h |
| <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>9:10h          | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Marc<br>9:00h     | <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>9:10h          |                                                  | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Cesc<br>9:00h            |
| <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>9:20h           | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>9:00h   | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>9:20h           | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>9:00h   | <b>Ballaruka Sènior</b><br>Sala 1   Íngrid<br>10:00h    |
| <b>Fitness Sènior</b><br>Sala 3   Cesc<br>10:30h        | <b>Sènior</b><br>Ext   Cesc<br>9:45h             | <b>Chikung</b><br>Sala 1   Íngrid<br>10:05h             | <b>Sènior</b><br>Ext   Cesc<br>9:45h             | <b>Fitness Sènior</b><br>Sala 3   Cesc<br>11:00h        |
|                                                         |                                                  | <b>TonoFitness</b><br>Sala 3   Cesc<br>10:30h           |                                                  |                                                         |
| <b>Ioga</b><br>Sala 1   David<br>15:15h                 | <b>Pilates</b><br>Sala 1   Iris<br>15:15h        | <b>Ioga</b><br>Sala 1   David<br>15:15h                 |                                                  | <b>Pilates</b><br>Sala 1   Iris<br>15:15h               |
| <b>Tonificació</b><br>Exterior   Marc<br>17:30h         | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Rody<br>15:15h   | <b>Tonificació</b><br>Exterior   Cesc<br>18:00h         | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Rody<br>15:15h   | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>15:15h           |
| <b>Sh'Bam</b><br>Sala 1   Judit<br>18:15h               | <b>Estiraments</b><br>Sala 1   Cesc<br>18:00h    | <b>GAC</b><br>Exterior   Carles<br>19:00h               | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>18:00 h   | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Iris<br>16:00h          |
|                                                         | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>19:00h    | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>18:30h / 19:30h  | <b>Espíning</b><br>Sala 2   Cristina<br>19:00h   | <b>GAC</b><br>Exterior   Carles<br>18:00h               |
| <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Iris<br>19:00h          | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>19:00h    | <b>Aquadynàmic</b><br>Piscina   Gabriel<br>19:00h       | <b>Funcional</b><br>Exterior   Cesc<br>19:00 h   | <b>Ballaruka</b><br>Sala 1   Íngrid<br>18:15h           |
| <b>Espíning</b><br>Sala 2   Anna P.<br>18:30h / 19:30h  | <b>BodyCombat</b><br>Sala 1   Judit<br>19:30h    | <b>BodyControl</b><br>Sala 1   Íngrid<br>19:15h         | <b>Sh'Bam</b><br>Sala 1   Judit<br>19:10h        | <b>Chikung</b><br>Sala 1   Íngrid<br>19:10h             |
| <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>19:05h             | <b>Ioga</b><br>Can Pons   David<br>20:00h        | <b>Ballaruka</b><br>Sala 1   Íngrid<br>20:15h           | <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>20:00h      |                                                         |
| <b>BodyPump</b><br>Sala 1   Judit<br>20:00h             |                                                  |                                                         | <b>BodyControl</b><br>Sala 2   Íngrid<br>20:05h  |                                                         |

**Pots reservar plaça des de l'enllaç de la web [candelfi.cat](http://candelfi.cat) o des del teu mòbil. També es pot fer trucant al telèfon 972 86 10 20. Podeu tenir activades quatre reserves a l'hora.**  
La direcció es reserva el dret a modificar les activitats programades.