



## Horari activitats dirigides 2024 GENER - JUNY

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Cesc 9:10h	<b>Estiraments</b> Sala 1   Adam 09:05h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Cesc / Otger 9:10h / 10:00h	<b>Tonificació</b> Sala 1   Cesc 9:10h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 9:10h
<b>Espíning</b> Sala 2   Cristina 9:20h	<b>Tonificació</b> Sala 1   Ingrid 9:10h	<b>Espíning</b> Sala 2   Cristina 9:20h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 9:10h	<b>Estiraments</b> Sala 1   Cesc 9:05h
<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Ingrid 10:00h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 9:10h	<b>Chikung</b> Sala 1   Ingrid 10:00h	<b>Sènior</b> Sala 1   Ingrid 10:00h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Ingrid 10:00h
<b>Espíning</b> Sala 2   Adam 15:15h	<b>Sènior</b> Sala 1   Cesc 10:00h			
<b>Ioga</b> Can Pons   Ester 15:15h	<b>Pilates</b> Sala 1   Iris 15:15h		<b>Pilates</b> Sala 1   Rut 15:15h	<b>Pilates</b> Sala 1   Iris 15:10h
<b>Tonificació</b> Sala 1   Cesc 17:30h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 15:15h		<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 15:15h	<b>Espíning</b> Sala 2   Anna P. 15:15h
<b>Sh'Bam</b> Sala 1   Judit 18:15h		<b>Tonificació</b> Sala 1   Cesc 18:00h	<b>Funcional</b> Exterior   Cesc 18:00h / 19:00 h	<b>GAC</b> Sala 1   Otger 18:00h
<b>Estiraments</b> Exterior   Cesc 18:30h	<b>Estiraments</b> Sala 1   Cesc 18:00h	<b>Espíning</b> Sala 2   Anna P. 19:00h	<b>Espíning</b> Sala 2   Cristina 19:00h	<b>Ballaruka</b> Sala 1   Ingrid 18:15h
<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 19:00h	<b>Espíning</b> Sala 2   Anna P. 19:00h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 19:00h	<b>Sh'Bam</b> Sala 1   Judit 19:10h	<b>Aquadynàmic</b> Piscina   Otger 19:00h
<b>Espíning</b> Sala 2   Anna P. 19:00h / 19:50h	<b>Funcional</b> Exterior   Cesc 19:00h	<b>GAC</b> Sala 1   Ingrid 19:15h	<b>BodyPump</b> Sala 1   Judit 20:00h	<b>Chikung</b> Sala 1   Ingrid 19:10h
<b>BodyPump</b> Sala 1   Judit 19:05h	<b>BodyCombat</b> Sala 1   Judit 19:30h	<b>Espíning</b> Sala 2   Anna P. 19:50h	<b>Ioga</b> Can Pons   Ester 20:00h	
<b>BodyCombat</b> Sala 1   Judit 20:00h	<b>Ioga</b> Can Pons   Ester 20:00h	<b>Ballaruka</b> Sala 1   Ingrid 20:15h	<b>Pilates</b> Sala 1   Rut 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.