



INICI - FINAL	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
<b>FRANJA MATÍ</b>								
9.00 - 9.50	S 1	CICLO INDOOR II	VIRTUAL BIKE III	CICLO INDOOR II	VIRTUAL BIKE III	CICLO INDOOR II		
9.30 - 10.20	S 2		TONIFICACIÓ I		GLOBAL PILATES II			
10.00 - 10.50	S 2	ZUMBA II		ZUMBA II		BODY SHAPE II		
10.30 - 11.20	S 1		CICLO INDOOR II		CICLO INDOOR II			
11.00 - 11.50	PG	WET GYM II		WET GYM II				
11.00 - 11.50	S 1					VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III
12.00 - 12.50	S 1	VIRTUAL BIKE III		VIRTUAL BIKE III				
<b>FRANJA MIGDIA</b>								
14.00 - 14.50	S 1		VIRTUAL BIKE III		VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III		
15.00 - 15.50	S 1	VIRTUAL BIKE III		VIRTUAL BIKE III				
<b>FRANJA TARDA</b>								
18.00 - 18.50	S 1	CICLO INDOOR III	VIRTUAL BIKE III	CICLO INDOOR III		VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III	
18.00 - 18.50	S 2		ZUMBA II		CXWORK III			
19.00 - 19.50	S 1	VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III	VIRTUAL BIKE III	CICLO INDOOR III	VIRTUAL BIKE III		
19.00 - 19.50	S 2	BODY COMBAT III	BODY SHAPE II	GLOBAL PILATES II				

www.pmsanfeliu-h.cat · 93 402 40 10 · infopmsf@l-h.cat

## Horari especial estiu - de l'1 al 31 d'agost - Serveis i espais

DI. a ds. - 8.45 a 21.00 h / Dg.- 9.00 a 15.00 h

Sala de fitness: dl. a ds. - 9.00 a 20.00 h / Dg.- 9.30 a 14.00 h

Piscina coberta: dl. a ds. - 9.00 a 20.00 h / Dg.- 9.30 a 14.00 h

SAT\*: dl. a ds. - 9.00 a 20.00 h / Dg.- 9.30 a 14.00 h

\*Servei d'assessorament tècnic a la sala de fitness

## AGOST

DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Horari especial estiu  Instal·lació tancada

S 1 - Sala 1

S 2 - Sala 2

PG - Piscina Gran

CARDIOVASCULAR

TONIFICACIÓ

COS I MENT

AQUÀTIQUES

I - BAIXA INTENSITAT

II - MITJA INTENSITAT

III - ALTA INTENSITAT

La Direcció podrà, quan ho consideri oportú per necessitats del servei, modificar el nombre i l'ordre de les sessions, el contingut, els horaris i els tècnics que les imparteixen.

