



SLAM SPORTS CLUB

## ACTIVITATS DIRIGIDES DE MATÍ

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:00 7:50		SPINNING ESTIRAMENTS		SPINNING		
8:00 8:50	PILATES	IOGA				
9:00 9:50						
10:30 11:20						OMNIA FUNCIONAL



SLAM SPORTS CLUB

## ACTIVITATS DIRIGIDES DE TARDA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
16:00 16:50	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA		
17:00 17:50	BODY SLAM	PILATES	BODY SLAM	PILATES		
18:00 18:50	PILATES	GAP	PILATES	<u>SPINNING</u> GAP	<u>SPINNING</u> PILATES	
19:00 19:50	<u>BODY SLAM</u> SPINNING	<u>SPINNING</u> ZUMBA	<u>BODY SLAM</u> SPINNING	PILATES	ZUMBA	
20:00 20:50	IOGA	ESTIRAMENTS CORE				
21:00 21:50		IOGA				