

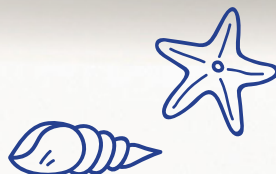
Programa esportiu

ESTIU 2018



COMPLEX ESPORTIU
CAMP D'ESPORTS

Del 25 juny
al 29 de juliol



COMPLEX ESPORTIU
DR. ROBERT

Del 30 de juliol
al 2 de setembre



Ajuntament
del Vendrell




Regidoria
d'Esports



PROGRAMA D'ACTIVITATS DIRIGIDES ESTIU

HORARI: de dl. a dv. de 6:30 h a 22 h, ds de 9 h a 14 h i de 16 h a 20 h, dg. de 10 h a 14 h.

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6:35	7:25	S1		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	
		S2	PILATES		TONO		TONO

9:15	10:05	S2	GIMNÀSTICA MANTENIMENT	PILATES	BODY-POWER	PILATES	ESQUENA SANA
9:30	10:20	S1	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR
10:30	11:00	S2				ABD 30'	
10:30	11:20	P	AQUA		AQUA		AQUA
		S2		JUST-PUMP	ESQUENA SANA		CARDIOBOX
11:00	11:30	S2				STRECHING 30'	

15:15	16:05	S1	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		
		S2				PILATES	

17:15	18:05	S2		PILATES	COS I MENT	PILATES	ESQUENA SANA
18:30	19:20	S2		GAC	FUNCTIONAL TRAINING	STEP-TONO	TONO
19:30	20:20	S1	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR
		S2	PILATES	CARDIOBOX	PILATES	BOOT CAMP	
20:30	21:20	P		NAT-TO		NAT-TO	
		S1	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	
		S2	ESQUENA SANA	COS I MENT	