

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
7:30-8:15	<b>SPINNING</b> Emma					
8:45-9:15		<b>ABD. EXPRESS (20')</b> Emma <b>NEW!</b>		<b>ABD. EXPRESS (20')</b> Emma <b>NEW!</b>		
9:15-10:00	<b>GAC</b> Emma	<b>SPINNING</b> Emma	<b>TONO</b> Carlos	<b>SPINNING</b> Emma	<b>TONO</b> Emma	
10:00-10:45	<b>HIPOPRESSIUS I POSTU</b> Emma	<b>PILATES</b> Emma		<b>IOGA</b> Emma	<b>PILATES I ESTIRAMENTS</b> Emma	<b>SPINNING</b> Corina
11:00-11:45						<b>ZUMBA</b> Marina
12:00-13:00						<b>ZUMBA KIDS</b> Marina
13:45-14:30		<b>ZUMBA</b> Carol	<b>SPINNING</b> Emma			
15:15-16:00	<b>IOGA</b> Emma		<b>PILATES</b> Emma	<b>HIPOPRESSIUS I CORE</b> Emma		
17:30-18:15						
17:45-18:30	<b>SPINNING</b> Carlos	<b>GAC</b> Emma	<b>PILATES RESPIRA</b> Emma	<b>TBC</b> Emma		
18:30-19:15				<b>ABD. EXPRESS (20')</b> Emma	<b>SPINNING</b> Corina	
18:35-19:20			<b>TBC</b> Emma			
18:40-19:25	<b>PILATES</b> Emma	<b>SPINNING</b> Emma				
18:55-19:50				<b>IOGA</b> Emma		
19:20-20:20					<b>PILATES</b> Corina	
19:30-19:50	<b>MINDFULNESS</b> Emma					
19:30-20:15		<b>PILATES</b> Emma	<b>SPINNING</b> Carlos			
20:00-20:45	<b>ZUMBA</b> Carlos			<b>ZUMBA</b> Marina		

Es demana puntualitat. Un cop passats 10 minuts de l'inici de la classe no es podrà accedir.  
Per apuntar-se a les classes descarregu -vos l'APP del Belulla o inscriviu-vos a recepció i al 938492430.