HORARIO DE ACTIVIDADES

Semana del 8 abr 2024 al 14 abr 2024

Club Gimnàstic Ciutadella

	lun 08	mar 09	mié 10	jue 11	vie 12	sáb 13	dom 14
06:00		**06:50 - 07:40** Alfredo Mallo Camps Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor					
07:00	**07:00 - 07:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor **07:00 - 08:00** Christian Avila Tonificación Sala clases colectivas 1		**07:00 - 07:50** Alfredo Mallo Camps Trx Sala clases colectivas 1	**07:00 - 07:50** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**07:00 - 07:50** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1		
08:00	**08:00 - 08:50** Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**08:05 - 08:55** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor	**08:00 - 09:00** Adriana Caporale Yoga Sala clases colectivas 1 **08:05 - 08:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor	**08:05 - 08:55** Spinning - Clase Virtual Sala clases colectivas 1	**08:10 - 09:00** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor	**08:10 - 09:00** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor	
09:00	**09:00 - 09:50** Christian Avila body vive Sala clases colectivas 1 **09:30 - 10:20** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**09:00 - 09:50** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**09:00 - 09:50** Christian Avila body vive sala colectivas 2 **09:05 - 09:55** Adriana Caporale Trx Sala clases colectivas 1 **09:10 - 10:00** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**09:00 - 09:50** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**09:00 - 10:00** Adriana Caporale Yoga pilates Sala clases colectivas 1 **09:10 - 10:00** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**09:00 - 09:50** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1	

10:00	**10:15 - 11:05** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1		**10:15 - 11:05** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1	**10:00 - 10:50** Adriana Caporale Trx Sala clases colectivas 1	**10:05 - 10:55** Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor
11:00	**11:00 - 11:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor		**11:00 - 11:50** Spinning Virtual - Entre Sala de Ciclo Indoor	**11:00 - 11:50** Spinning - Clase Virtual Sala de Ciclo Indoor	**11:45 - 12:35** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor
13:00				**13:00 - 13:50** Spinning - Clase Virtual Sala de Ciclo Indoor	
16:00	**16:00 - 16:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor		**16:00 - 16:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor	**16:55 - 17:45** Daniela Leal Body Pump Sala clases colectivas 1	
17:00	**17:55 - 18:55** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1	**17:00 - 17:50** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**17:00 - 17:50** Spinning - Clase Virtual Sala de Ciclo Indoor	**17:00 - 17:50** Alfredo Mallo Camps Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**17:00 - 17:50** Spinning - Clase Virtual Sala de Ciclo Indoor
		17:00 - 17:50 Adriana Caporale Tonificación Sala clases colectivas 1	**17:55 - 18:45** Sus Segui Body Pump Sala clases colectivas 1	**17:00 - 17:50** Adriana Caporale G.A.P. Sala clases colectivas 1	
18:00	**18:05 - 18:55** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**18:05 - 18:55** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**18:05 - 18:55** Ester Moll Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**18:05 - 18:55** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**18:00 - 18:50** SPINNING VIRTUAL SALA 1 Sala de Ciclo Indoor
19:00	**19:05 - 19:55** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**19:05 - 20:00** Marta Ribera Zumba Sala clases colectivas 1	**19:05 - 19:55** Gilles stretching Sala clases colectivas 1	**19:05 - 19:55** Adriana Caporale Pilates Sala clases colectivas 1	**19:00 - 19:50** Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor
	19:10 - 20:00 Alfredo Mallo Camps Entreno Funcional sala colectivas 2	**19:05 - 19:55** Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**19:10 - 20:00** Alfredo Mallo Camps Entreno Funcional sala colectivas 2	**19:05 - 19:55** Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**19:05 - 20:05** Gilles stretching Sala clases colectivas 1

			19:45 - 20:45 Vange Bodyjump Sala Indoorwalking	**19:45 - 20:45** Bep Salord Bodyjump Sala Indoorwalking	**19:10 - 20:00** Christian Avila HIIT Workout sala colectivas 2
	20:00 - 20:50 Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**20:05 - 20:55** Christian Avila Cross Training sala colectivas 2	**20:00 - 20:50** Daniela Leal Spinnning Sala 1 Sala de Ciclo Indoor	**20:05 - 20:55** Christian Avila Cross Training sala colectivas 2	
20:00	**20:00 - 21:00** Nabil Krissi Boxeo sala colectivas 2	**20:15 - 21:05** Daniela Leal Body Pump Sala clases colectivas 1	**20:00 - 21:00** Nabil Krissi Boxeo sala colectivas 2	**20:15 - 21:05** Spinning Virtual - Entre Sala de Ciclo Indoor	
	20:05 - 20:55 Adriana Caporale Trx Sala clases colectivas 1	**20:30 - 21:20** Spinning - Clase Virtual Sala de Ciclo Indoor		**20:20 - 21:10** Daniela Leal Body Pump sala colectivas 2	