

CALENDARI SESSIONS ESPECIALS NADAL

Del 22 al 30 de desembre de 2023

DIJOUS 22 desembre	DIVENDRES 23 desembre	DIMARTS 27 desembre	DIMECRES 28 desembre	DIJOUS 29 desembre	DIVENDRES 30 desembre
9:00h - 9:45 CREMA CALORIES Tono-GAC Vanesa	9.30 A 10.30 BODY-PUM Vanesa	9:00h - 9:30h TABATA TIÓ (Neus)	9:30h - 10:15h TONO-GAC (Vanesa)	9:00h - 9:45 FORA POLVORONS Tono-GAC Vanesa	
10,30h - 11:30h ESTIRAMENT CORRECTIU (Vanesa)		9:30h - 10:30h PILATES (Neus)	10:15h - 10:30h ESTIRAMENTS 15' (Vanesa)	10,30h - 11:30h ESTIRAMENT CORRECTIU (Vanesa)	
		10:30h - 11:30h CORRECTIVA (Neus)	10:30h - 11:30h LATINO-TONO (Vanesa)		
17.30h-18.30h CHRISTMAS DANCE Vanesa		15:15h - 16:00h FULL-TABATA (Vanesa)	15:15h - 16:00h FULL BODY (Vanesa)	17.30h-18.30h CHRISTMAS DANCE Vanesa	17.15 A 18.00 BODY-PUM Vanesa
19:00 – 20:00h CIRCUIT Vanesa		16:00h - 17:00h PILATES (Neus)	16:00h – 17:00h PILATES (Neus)	19:00 – 20:00h CIRCUIT Vanesa	
		19:00 – 20:00h LATINO-DANCE (Vanesa)	19.00 – 19.45h ZUMBA CHRITMAS Neus		
		19.30h – 20.30h CROSS-FUNCIONAL (Neus) S/V	20.00-20.45 JUMPING TIÓ Neus		