



SALA ARTS MARCIALS

DILLUNS	DIMARTS	DC.	DIJOUS	DIVENDR.	DISSABTE	DIUMENGE
17:15 - 18:00 Karate (Máx 0)	18:30 - 20:00 Jiu Jitu & Bjj (Máx 0)	17:15 - 18:00 Karate (Máx 0)	18:30 - 20:00 Jiu Jitu & Bjj (Máx 0)	18:00 - 19:00 Karate (Máx 0)		
18:00 - 19:00 Karate (Máx 0)	20:00 - 21:00 Krav Maga (Máx 0)	18:00 - 19:00 Karate (Máx 0)	20:00 - 21:00 Krav Maga (Máx 0)	19:00 - 20:00 Karate (Máx 0)		
19:00 - 20:00 Karate (Máx 0)		19:00 - 20:00 Karate (Máx 0)		20:00 - 21:00 Karate (Máx 0)		
20:00 - 21:00 Karate (Máx 0)		20:00 - 21:00 Karate (Máx 0)				

08/06/2026



SALA DE CROSSTRAINING

DILLUNS	DIMARTS	DC.	DIJOUS	DIVENDR.	DISSABTE	DIUMENGE
09:15 - 09:55 Pilates (Máx 8)	07:00 - 08:00 Cross Training (Máx 10)	07:00 - 08:00 Cross Training (Máx 10)	07:00 - 08:00 Cross Training (Máx 10)	09:15 - 09:55 Pilates (Máx 8)	10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 10)	
10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 10)	10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 10)	10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 10)	10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 10)	10:00 - 11:00 Cross Training (Máx 12)		
17:00 - 18:00 Cross Training (Máx 10)	17:00 - 18:00 Cross Training (Máx 10)	17:00 - 18:00 G.A.P + WORKOUT	17:00 - 18:00 Cross Training (Máx 10)	17:00 - 18:00 Entrenament glutis i cames (Máx 10)		
18:00 - 19:00 Cross Training (Máx 10)	18:00 - 19:00 Cross Training (Máx 10)	18:00 - 19:00 Cross Training (Máx 10)	18:00 - 19:00 Cross Training (Máx 10)	18:00 - 19:00 Cross Training (Máx 12)		
19:00 - 20:00 Cross Training (Máx 10)	19:00 - 20:00 Cross Training (Máx 10)	19:00 - 20:00 Cross Training (Máx 10)	19:00 - 20:00 Cross Training (Máx 10)			

08/06/2026



SALA NUTRICIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DC.	DIJOUS	DIVENDR.	DISSABTE	DIUMENGE
09:30 - 11:30 Nutrició (Máx 1)	10:00 - 10:30 Nutrició (Máx 1)					
16:00 - 17:00 Nutrició (Máx 1)	10:30 - 11:00 Nutrició (Máx 1)					
17:00 - 18:00 Nutrició (Máx 1)	11:00 - 11:30 Nutrició (Máx 1)					
18:00 - 19:00 Nutrició (Máx 1)	17:30 - 18:00 Nutrició (Máx 1)					
19:00 - 20:00 Nutrició (Máx 1)	18:00 - 18:30 Nutrició (Máx 1)					
	18:30 - 19:00 Nutrició (Máx 1)					
	19:00 - 19:30 Nutrició (Máx 1)					

08/06/2026