

ACTIVITATS DIRIGIDES PAVELLÓ I PISCINA - SEM CAN BANÚS 2026

SALA PAVELLÓ					
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
TONIFICACÓ 8.00-8.55 h		GAC 8.00-8.55h			
B. EN LÍNIA INT. 9.15-10.15h	TREBALL FUNCIONAL 9.15-10.25h	CORE-STRETCHING 9.00-10.30h	DANCE TONO 9.15-10.25h	GAC 9.15-9.55h	
	PILATES 10.30-11.45h		B. EN LÍNIA INT. 10.30-11.25h	STRETCHING 10.00-10.25h	
			RISOTERÀPIA 11.30-12.30h	PILATES 10.30-11.30h	
IOGA 16.20-17.15h	TREBALL FUNCIONAL 16.15-17.10h	IOGA 16.20-17.15h			
B. EN LÍNIA INT. 17.25-18.20h		POWER PUMP 17.25-18.20h			BALL EN LÍNIA INIC. 17.25-18.20h
DANCE LATINO 18.25-19.20h		STEP TONO 18.25-19.30h			B. EN LÍNIA INT. 18.25-19.30h
PILATES 19.25-20.35h	BALL EN LÍNIA AV. 20.05-21.00h		PILATES- STRETCHING 20.05-21.30h		
PISCINA					
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
AQUAGYM 9.30-10.15h	AQUAGYM 9.30-10.15h	AQUAGYM 9.30-10.15h	AQUAGYM 9.30-10.15h	TERÀPIA AQUÀTICA 09.30-10.15h	MATRONATACIÓ 9.05-9.50h
AQUAGYM 19.30-20.15h		AQUAGYM 19.30-20.15h			

CURSETS PISCINA I PAVELLÓ - SEM CAN BANÚS 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
PISCINA					
	NATACIÓ ADULTS 10.30-11.15h	NATACIÓ ADULTS 10.30-11.15h	NATACIÓ ADULTS 10.30-11.15h		
	NATACIÓ ADULTS 19.30-20.15h				
NATACIÓ INFANTIL 17.30-18.15h	NATACIÓ INFANTIL 17.30-18.15h	NATACIÓ INFANTIL 17.30-18.15h	NATACIÓ INFANTIL 17.30-18.15h	NATACIÓ INFANTIL 17.30-18.15h	NATACIÓ INFANTIL 10.00-10.45h
NATACIÓ INFANTIL 18.30-19.15h	NATACIÓ INFANTIL 18.30-19.15h	NATACIÓ INFANTIL 18.30-19.15h	NATACIÓ INFANTIL 18.30-19.15h	NATACIÓ INFANTIL 18.30-19.15h	NATACIÓ INFANTIL 11.00-11.45h
	SALA PAVELLÓ		SALA PAVELLÓ	NADONS	
	GIMNÀSTICA ARTÍSTICA 17.30-18.45h		GIMNÀSTICA ARTÍSTICA 17.30-18.45h	16.30-17.00	
	GIMNÀSTICA ARTÍSTICA 18.45-20.00h		GIMNÀSTICA ARTÍSTICA 18.45-20.00h	17.00-17.30	
				17.30-18.00	
				18.00-18.30	

|