

Horari d'activitats dirigides

JULIOL I AGOST 2024

De l'1 al 5 de juliol

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8.10-9.00	SALA		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA	
9.15-10.00	PISCINA		AQUAFIT		AQUAFIT	
9.30-10.20	PAVELLÓ	CARDIO TONO		POWER		
15.15-16.05	SALA	PYRO		POWER		
17.30-18.20	SALA		IOGA PREMIUM		PILATES PREMIUM	ESQUENA SANA
18.30-19.20	FRONTÓ OUTDOOR	POWER		GLUTEBOOM		POWER
18.30-19.20	SALA		ESQUENA SANA		PILATES PREMIUM	
19.30-20.15	PISCINA		AQUAFIT		AQUAFIT	
19.30-20.20	SALA	PILATES PREMIUM				
19.30-20.20	FRONTÓ OUTDOOR		PYRO	DANCE	POWER	
20.30-21.20	SALA		POWER			

Del 8 al 26 de juliol

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8.10-9.00	SALA		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA	
9.15-10.00	PISCINA		AQUAFIT		AQUAFIT	
9.30-10.20	PAVELLÓ	CARDIO TONO		POWER		
15.15-16.05	SALA	PYRO		POWER		
17.30-18.20	SALA	PILATES PREMIUM	IOGA PREMIUM		PILATES PREMIUM	ESQUENA SANA
18.30-19.20	FRONTÓ OUTDOOR	POWER		GLUTEBOOM		POWER
18.30-19.20	SALA		ESQUENA SANA		PYRO	
19.30-20.15	PISCINA		AQUAFIT		AQUAFIT	
19.30-20.20	SALA	PILATES PREMIUM				
19.30-20.20	FRONTÓ OUTDOOR		PYRO	DANCE	POWER	
20.30-21.20	SALA		POWER			

Del 29 de juliol al 2 d'agost

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8.10-9.00	SALA		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA	
9.15-10.00	PISCINA		AQUAFIT			
9.30-10.20	PAVELLÓ	CARDIO TONO		POWER		
15.15-16.05	SALA	PYRO		POWER		
17.30-18.20	SALA	PILATES PREMIUM	IOGA PREMIUM		PILATES PREMIUM	ESQUENA SANA
18.30-19.20	FRONTÓ OUTDOOR	POWER		GLUTEBOOM		POWER
18.30-19.20	SALA		ESQUENA SANA		PYRO	
19.30-20.15	PISCINA		AQUAFIT			
19.30-20.20	SALA	PILATES PREMIUM				
19.30-20.20	FRONTÓ OUTDOOR		PYRO	DANCE	POWER	
20.30-21.20	SALA		POWER			

OBERTA A TOTS ELS ABONATS/DES

AERÒBIQUES

COREOGRAFIADES

COS-MENT

TONIFICACIÓ

AQUÀTIQUES

PREMIUM

Del 5 al 9 d'agost

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8.10-9.00	SALA		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA	
9.30-10.20	PAVELLÓ	CARDIO TONO		POWER		
17.30-18.20	SALA	PILATES PREMIUM	ESQUENA SANA	ESQUENA SANA	PILATES PREMIUM	
18.30-19.20	FRONTÓ OUTDOOR	POWER	PYRO	POWER	CARDIO TONO	
18.30-19.20	SALA					
19.30-20.20	SALA					
19.30-20.20	FRONTÓ OUTDOOR					
20.30-21.20	SALA					

Del 12 al 16 d'agost

NO HI HA ACTIVITATS

Del 19 al 30 d'agost

HORA	ESPAI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8.10-9.00	SALA		ESQUENA SANA		ESQUENA SANA	
9.30-10.20	PAVELLÓ	CARDIO TONO		POWER		
17.30-18.20	SALA	PILATES PREMIUM		ESQUENA SANA	PILATES PREMIUM	ESQUENA SANA
18.30-19.20	FRONTÓ OUTDOOR	POWER		GLUTEBOOM		POWER
18.30-19.20	SALA		ESQUENA SANA		PYRO	
19.30-20.20	SALA	PILATES PREMIUM		PILATES PREMIUM		
19.30-20.20	FRONTÓ OUTDOOR		PYRO		POWER	
20.30-21.20	SALA		POWER			

● OBERTA A TOTS ELS ABONATS/DES

● AERÒBIQUES

● COREOGRAFIADES

● COS-MENT

● TONIFICACIÓ

● AQUÀTIQUES

● PREMIUM

Reserva la teva classe abans de venir a entrenar



La coordinació/direcció del centre podrà anul·lar o modificar el nombre de sessions, el contingut i l'horari de les activitats i/o dels tècnics.

@inacuacentrodeportivo

T. 93 721 39 75

www.inacua.com/sant-quirze

cemsantquirze@serveo.com

Horari del centre:

Dilluns a divendres
7:00 a 22:00h

Dissabtes
8:00 a 20:00h

Diumenges
8:00 a 14:00h

OPCIÓ 1:

- El soci/a podrà contractar el **suplement per tot el programa d'activitats dirigides** per un import de **18,84€** al mes (per persona).

OPCIÓ 2:

- El soci/a podrà contractar el **suplement pel programa d'activitats dirigides (excloses les activitats PREMIUM: loga i Pilates)** per un import de **9,42€** al mes (per persona).



Ajuntament
de Sant Quirze
del Vallès



inacua
Sant Quirze del Vallès