



Horaris d'activitats dirigides

Del 9 al 15 de gener del 2012

Inici	Final	Sala	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7:30	8:15	1			TBC Francesca	Cycling Martín	TBC Francesca
9:30	10:25	1	Cycling Martín	Cardio estils Francesca	Step Francesca	TBC Martín	Pilates Francesca
10:30	11:25	1	Força 100% Martín	Estira i flueix Martín	Pilates Francesca	Força 100% Martín	Cycling Francesca
11:30	12:25	1	Step Alba	Esquena Martín	loga Núria		
12:30	13:25	1	TBC Alba	Cycling Martín			
13:30	15:25						
15:30	16:25	1	Sense límit Martín	Step Francesca	Cycling Xavi	TBC Mónica	Pilates Martín
16:25	17:10						
17:15	18:10	1		loga Núria			
18:15	19:10	1	Pilates Francesca	Cycling Alba	Step Mónica	Força 100% Alba	Cardio latin Mónica
19:15	20:10	1	Step Francesca	Sense límit Alba	Esquena Xavi	Cycling Alba	Estira i flueix Xavi
20:15	21:10	1	Cycling Francesca	Cardio estils Alba	Estira i flueix Xavi	TBC Alba	Cycling Xavi

Inici	Final	Dissabte	Diumenge
10:15	11:00	Cycling Martín	
11:15	12:10	Pilates Martín	TBC Alba
12:15	13:10	TBC Martín	Estira i flueix Alba

•Les sessions de Cycling tenen una durada de 45 min.

•La direcció es reserva el dret de modificació o anul·lació dels horaris per causes justificades.

www.essencialwellness.com

935 406 367