

HORARI D'ACTIVITATS

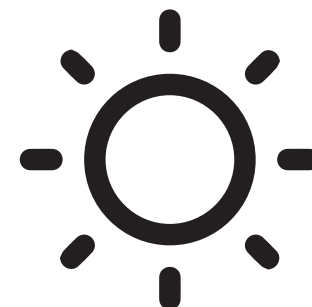


LA FANECADA
COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL D'ALCANAR

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Spinning 07:05 - 07:50</p> <p>Tècnic Sala 08:00 - 09:30</p> <p>Aqua Fitness 08:30 - 09:15</p> <p>Sculpt Booty 09:30 - 10:15 ☀️</p> <p>Aquagym 10:15 - 11:00</p>	<p>Pump Up 07:05 - 07:50</p> <p>Tècnic Sala 08:00 - 08:30</p> <p>Aquagym 08:30 - 09:15</p> <p>Pilates 08:30 - 09:15</p> <p>Strong Zumba 09:30 - 10:15 ☀️</p> <p>Aquagym 10:15 - 11:00</p> <p>loga 10:30 - 11:15</p>	<p>Pilates 07:05 - 07:50</p> <p>Tècnic Sala 08:00 - 08:30</p> <p>Aquagym 08:30 - 09:15</p> <p>Aqua Fitness 09:30 - 10:15</p> <p>Entr. funcional 09:30 - 10:15 ☀️</p> <p>Aquagym 10:15 - 11:00</p> <p>Abdo Estira 10:30 - 11:15 ☀️</p>	<p>Entr. funcional 07:05 - 07:50</p> <p>Tècnic Sala 08:00 - 08:30</p> <p>Aquagym 08:30 - 09:15</p> <p>Pilates 09:30 - 10:15</p> <p>Aquagym 10:15 - 11:00</p> <p>GAC 10:30 - 11:15</p>	<p>Pump Up 07:05 - 07:50</p> <p>Tècnic Sala 08:00 - 09:30</p> <p>Aquagym 08:30 - 09:15</p> <p>Ritmes 09:30 - 10:15 ☀️</p> <p>Aquagym 10:15 - 11:00</p> <p>loga 10:30 - 11:15</p>
<p>Aquagym 15:15 - 16:00</p> <p>Tècnic Sala 16:00 - 17:00</p>	<p>Aquagym 15:15 - 16:00</p> <p>Pilates avançat 15:15 - 16:00</p> <p>Pilates inicial 16:15 - 17:00</p>	<p>Aquagym 15:15 - 16:00</p>	<p>Aquagym 15:15 - 16:00</p> <p>Tècnic Sala 16:00 - 17:00</p>	<p>Aquagym 15:15 - 16:00</p>
<p>loga 17:30 - 18:15</p> <p>Aerobic Step 18:30 - 19:15 ☀️</p> <p>Abdo Estira 19:30 - 20:15 ☀️</p> <p>Spinning 19:30 - 20:15</p> <p>Tècnic Sala 20:30 - 21:30</p> <p>Pump Up 20:30 - 21:15</p>	<p>GAC 17:30 - 18:15 ☀️</p> <p>Pilates 18:30 - 19:15</p> <p>Spinning 19:30 - 20:15</p> <p>Entr. funcional 20:30 - 21:15</p>	<p>Suspension training 17:30 - 18:15</p> <p>Sculpt Booty 18:30 - 19:15 ☀️</p> <p>HIIT 19:30 - 20:15</p> <p>Tècnic Sala 20:30 - 21:15</p> <p>Spinning 20:30 - 21:15</p>	<p>Pilates 17:30 - 18:15</p> <p>Ritmes 18:30 - 19:15 ☀️</p> <p>Spinning 19:30 - 20:15</p> <p>Pump Up 19:30 - 20:15 ☀️</p> <p>Tècnic Sala 20:30 - 21:30</p> <p>loga 20:30 - 21:15</p>	<p>DISSABTE</p> <p>Spinning 09:30 - 10:15</p> <p>Core Training 10:30 - 11:15 ☀️</p>



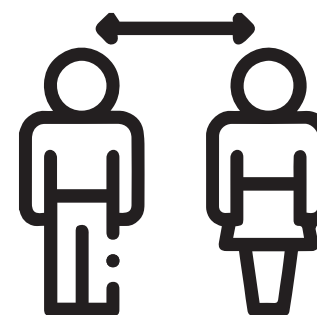
Cal fer reserva prèvia
a través de l'APP o de
la recepció del centre.



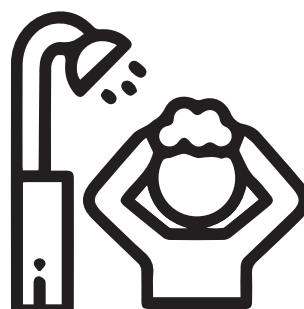
Algunes activitats de
l'oferta d'AADD es
realitzaran a l'aire
lliure.*



L'ús de la mascareta és
obligatori en tota la
instal·lació i activitats,
a excepció de la piscina i
activitats a l'aire lliure.



Cal respectar en tot
moment la **distàn-**
cia de seguretat
mínima d'**1,5 m.**



L'ús de vestidors i
dutxes està limitat a
aquelles persones que
facin ús de la piscina.

*En el cas que no es puguin dur a terme les activitats previstes a l'aire lliure, de forma puntual es traslladaran a les sales.