

# OKEYMAS

## FITNESS CLUB

### NOU HORARI D'ACTIVITATS DIRIGIDES JULIOL '26

DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIDJOUS			DIVENDRES			DISSABTE			DIUMENGE											
7:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	7:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	7:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	7:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL														
8:30	SA	45'	PILATES INICIAL	8:30	SA	45'	IOGA HATHA				8:30	SA	45'	IOGA HATHA															
8:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	8:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	8:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	8:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL														
																			9:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL							
9:30	SE	45'	CROSSTRaining	9:30	SE	45'	ENT FUNCIONAL	9:30	SE	45'	GLUTEBOOM	9:30	SE	45'	CROSSTRaining	9:30	SE	45'	GLUTEBOOM	9:30	SE	45'	CROSSTRaining						
9:30	SA	45'	PILATES INTENSIU	9:30	SA	45'	IOGA VINYASA	9:30	SA	45'	PILATES INTENSIU	9:30	SA	45'	IOGA VINYASA	9:30	SA	45'	BALANCE										
9:50	PI	45'	AQUAFITNESS	9:50	PI	45'	AQUAFITNESS	9:50	PI	45'	AQUAFITNESS	9:50	PI	45'	AQUAFITNESS														
10:30	SA	45'	IOGA RESTAURATIU	10:30	SA	45'	PILATES INTENSIU	10:30	SA	45'	IOGA RESTAURATIU	10:30	SA	45'	PILATES INTENSIU	10:30	SA	30'	MINDFULNESS	10:30	SC	45'	CICLO	10:30	SA	20'	ABDOMINALS		
				10:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL				10:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	10:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL											
10:30	SF	20'	ABDOMINALS	10:30	SF	20'	ABDOMINALS	10:30	SF	20'	ABDOMINALS	10:30	SF	20'	ABDOMINALS	10:30	SF	20'	ABDOMINALS										
11:30	SA	45'	ACTIVAT FITNESS	11:30	SA	45'	ACTIVAT FITNESS	11:30	SA	45'	ACTIVAT FITNESS	11:30	SA	45'	ACTIVAT FITNESS				11:30	SA	45'	POWER	11:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL			
																						12:00	SE	45'	CROSSTRaining				
13:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	13:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	13:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	13:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	13:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL				13:00	SA	20'	ABDOMINALS			
				13:15	SE	45'	ENT FUNCIONAL	13:15	SE	45'	CROSSTRaining																		
13:30	SE	45'	CROSSTRaining																										
				14:15	SC	45'	CICLO VIRTUAL				14:15	SC	45'	CICLO VIRTUAL															
				14:15	SA	45'	POWER	14:15	SC	45'	CICLO																		
14:15	SA	45'	PILATES INTENSIU																										
14:30	SC	45'	CICLO								14:30	SE	45'	CROSSTRaining	14:30	SE	45'	GLUTEBOOM											
															16:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	16:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL							
															16:00	SA	20'	ABDOMINALS											
				17:15	SA	30'	MINDFULNESS																						
17:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	17:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	17:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	17:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL				17:30	SA	20'	ABDOMINALS							
17:30	SA	45'	POWER	17:30	SE	45'	GLUTEBOOM	17:30	SA	45'	POWER																		
18:00	SE	20'	ABDOMINALS	18:00	SA	20'	ABDOMINALS	18:00	SE	20'	ABDOMINALS	18:00	SA	20'	ABDOMINALS	18:00	SC	45'	CICLO VIRTUAL	18:00	SE	45'	CROSSTRaining						
															18:15	SC	45'	CICLO VIRTUAL											
18:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	18:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	18:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	18:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL														
18:30	SE	45'	ENT FUNCIONAL	18:30	SE	45'	HIIT	18:30	SE	45'	ENT FUNCIONAL	18:30	SE	45'	HIIT	18:30	SA	45'	POWER										
18:30	SA	45'	ZUMBA	18:30	SA	45'	PILATES INTENSIU	18:30	SA	45'	IOGA VINYASA	18:30	SA	45'	PILATES INTENSIU														
19:00	PI	45'	AQUATONO	19:00	PI	45'	AQUATONO	19:00	PI	45'	AQUATONO	19:00	PI	45'	AQUATONO	19:00	PI	45'	AQUATONO										
19:30	SC	45'	CICLO	19:30	SC	45'	CICLO	19:30	SC	45'	CICLO	19:30	SC	45'	CICLO	19:30	SC	45'	CICLO										
19:30	SE	45'	GLUTEBOOM	19:30	SE	45'	CROSSTRaining	19:30	SE	45'	GLUTEBOOM	19:30	SE	45'	CROSSTRaining														
				19:30	SA	45'	IOGA HATHA	19:30	SA	45'	ZUMBA	19:30	SE	45'	IOGA HATHA														
20:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	20:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	20:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	20:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL														
20:30	SA	45'	POWER	20:30	SA	45'	POWER	20:30	SA	45'	POWER	20:30	SA	45'	POWER	20:30	SE	45'	CROSSTRaining										
20:30	SE	45'	CROSSTRaining					20:30	SE	45'	CROSSTRaining																		
21:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	21:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	21:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	21:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL	21:30	SC	45'	CICLO VIRTUAL										

\*L'horari pot estar subjecte a modificacions en funció de les necessitats del centre.

SA	SALA ACTIVITATS	SC	SALA CICLO	PI	PISCINA INTERIOR	SK	SALA KARATE
SE	SALA ESTUDI	SF	SALA FITNESS	PE	PISCINA EXTERIOR	EXT	EXTERIOR