



saó

HORARI CLASSES

GRUPS REDUÏTS • MÀX. 6 PERSONES

HORA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:00	 REHABILITACIONS / READAPTACIONS O ENTRENAMENTS PERSONALS 8:00 – 13:00	YOGA HATHA VINYASA 75' 7:30	 REHABILITACIONS / READAPTACIONS O ENTRENAMENTS PERSONALS 8:00 – 13:00	REFORMER 360°	
9:15				REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)	BARRE
9:30		REFORMER 360° (MAX. 3 PERSONES)			
10:30					REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)
15:15		REFORMER 360°		BARRE	
17:00	REFORMER 360°	BARRE			REFORMER 360°
17:15				REFORMER 360°	
18:00	REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)	REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)	FORÇA		REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)
18:15				FORÇA	
19:00	REFORMER 360°	REFORMER 360°	REFORMER 3 (MAX. 3 PERSONES)		
19:15				YOGA HATHA VINYASA 75'	
20:00		FORÇA	REFORMER 360°		
20:45				FORÇA RUNNERS (INTENSITAT ALTA)	

 REFORMER 3
(MAX. 3 PERSONES)

 REFORMER 360°

 FORÇA

 BARRE

 YOGA

GRUPS REDUÏTS
MÀXIM 6 PERSONES



A LA SETMANA DESCOBREIX SAÓ,
VINE A PROVAR DE FORMA GRATUÏTA I ESCULL LA DISCIPLINA QUE MÉS T'AGRADI.

Horari subjecte a modificacions segons demanda.