



**CNAB**  
CLUB NATACIÓ  
ATLÈTIC-BARCELONETA

# ACTIVITATS DIRIGIDES

Horari	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte
10.00h - 10.50h	SH'BAM	PILATES	TERAPIA POSTURAL	BODYPUMP	AQUAFIT SUN	
11.00h - 11.50h	BODYPUMP	GAC		HATHA IOGA	GAC	AQUAFIT SUN
			CICLO INDOOR			
12.00h - 12.50h	CICLO INDOOR	BODYPUMP	FITBOX	SH'BAM	PILATES	FUSION BOARD
	FUSION BOARD		FUSION BOARD			
14.10h - 15.00h	PILATES	FITBOX	HATHA IOGA	CICLO INDOOR	FUSION BOARD	
18.00h - 18.50h	SH'BAM	BODYPUMP	PILATES	CROSS CNAB	CICLO INDOOR	
	FUSION BOARD		FUSION BOARD			
19.00h - 19.50h	HATHA IOGA	CICLO INDOOR	FITBOX	CICLO INDOOR	BODYPUMP	
			FUSION BOARD			
20.00h - 20.50h	BODYPUMP	CROSS CNAB	SH'BAM	BODYPUMP		

Totes les activitats es realitzen a la sala nova excepte el ciclo i les aquàtiques, que es faran a la sala de ciclo i a la piscina exterior nova respectivament.