





# ACTIVITATS DIRIGIDES



HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9 h - 9.30 h	CARDIO TONO	CARDIO	HIIT	GAT	CARDIO TONO
11 h - 11.30 h	GAT	TONO SLOW	TONO	FUNCIONAL	BALLET FIT
17 h - 17.30 h	TONO	GAT	CORE	CARDIO TONO	HIIT
19 h - 19.30 h	AEROBIC DANCE	BALLET FIT	REFORÇ MUSCULAR	CORE + STRETCHING	STRETCHING

\* L'empresa es reserva el dret a fer canvis en la programació de les classes.

-  **CARDIO**
-  **TONO**
-  **BALL**
-  **COS-MENT**

## EXCLUSIU SOCIS

Si vols un entrenament personal gratuït envia'ns un correu a [club@caldea.com](mailto:club@caldea.com)

