

HORARIS ACTIVITATS DIRIGIDES CURS 2019-2020

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
07:00 - 07:45	BODY PUMP	1							GAC	1
	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
07:30 - 08:15			PILATES	2			PILATES	2		
	AQUAGYM	PP	FITNESS AQUÀTIC	PG	AQUAGYM	PP	FITNESS AQUÀTIC	PG	FITNESS AQUÀTIC	PG
08:00 - 08:45	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
09:15 - 10:00									RUNNING	OUT
09:30 - 10:15			BODY PUMP	1			ZUMBA	1	BODY BALANCE	2
	FITNESS AQUÀTIC	PG	AQUAGYM	PP	FITNESS AQUÀTIC	PG	AQUAGYM	PP	FITNESS AQUÀTIC	PG
	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
10:30 - 11:15	ACTIVA'T	1	BODY BALANCE	2	ACTIVA'T	1	GAC	1		
	SUSPENSÍO (30')	2			SUSPENSÍO (30')	2				
	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP		
11:00 - 11:45	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
11:30 - 12:15	ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			CIRCUIT (30')	SF
	FITNESS AQUÀTIC GENT GRAN	PG	FITNESS AQUÀTIC GENT GRAN	PG	FITNESS AQUÀTIC GENT GRAN	PG	FITNESS AQUÀTIC GENT GRAN	PG		
	AQUAGYM GENT GRAN	PP	AQUAGYM GENT GRAN	PP	AQUAGYM GENT GRAN	PP	AQUAGYM GENT GRAN	PP		
12:00 - 12:45	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
12:30 - 13:00			ALTA INTENSITAT (30')	SF			ALTA INTENSITAT (30')	SF		
13:00 - 13:45	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
14:30 - 15:15			BODY BALANCE	2			BODY BALANCE	2	BODY PUMP	1
	SPINNING	SP	ALTA INTENSITAT (30')	SF	SPINNING	SP	ALTA INTENSITAT (30')	SF		
15:30 - 16:15	BODY PUMP	1			BODY STEP	1			GAC	1
			SPINNING	SP			SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
					AQUAGYM	PP			FITNESS AQUÀTIC	PG
16:00 - 16:45	SPINNING VIRTUAL	SP			SPINNING VIRTUAL	SP				
16:30 - 17:15			SUSPENSÍO (30')	2			SUSPENSÍO (30')	2		
	ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF
							SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
17:00 - 17:45			SPINNING VIRTUAL	SP						
17:30 - 18:15			GAC	1			BODY PUMP	1		
	PILATES	2	BODY BALANCE	2	PILATES	2	BODY BALANCE	2	PILATES	2
	SPINNING	SP			SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP
18:00 - 18:30	ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF			ALTA INTENSITAT (30')	SF
18:30 - 19:15	BODY PUMP	1	BODY JAM	1	BODY PUMP	1	BODY STEP	1	BODY PUMP	1
	ZUMBA	2	BE FIT EXTREM	2	BODY BALANCE	2	BODY JAM	2		
	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP
19:30 - 20:15	COMBAT	1	BODY STEP	1	BODY JAM	1	BODY PUMP	1	ZUMBA	1
	BODY BALANCE	2	PILATES	2	SUSPENSÍO (30')	2	PILATES	2		
	ALTA INTENSITAT (30')	SF	ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF	ALTA INTENSITAT (30')	SF	ABDOMINALS EXPRESS (30')	SF		
	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP	SPINNING	SP
	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP	AQUAGYM	PP		
		RUNNING	OUT			RUNNING	OUT			
20:30 - 21:15	ZUMBA	1	COMBAT	1	BODY PUMP	1	COMBAT	1		
	SUSPENSÍO (30')	2	BE FIT EXTREM	2	SUSPENSÍO (30')	2	BE FIT EXTREM	2	ALTA INTENSITAT (30')	SF
	SPINNING	SP	SPINNING	SP	SPINNING	SP	SPINNING	SP	SPINNING VIRTUAL	SP

- Coreografia
- To
- Cos-ment
- Cardio
- Piscina
- Sessions entrenament fitness
- 1 Sala 1
- 2 Sala 2
- SP Sala spinning
- SF Sala fitness
- PP Piscina Petita
- PG Piscina Gran
- OUT Outdoor

QUOTES

ABONAMENTS

Abonament complet Infantil **20,00 €/mes**
(de 6 fins a 12 anys)

Abonament complet Jove **30,00 €/mes**
(de 13 fins a 17 anys)

Abonament complet Adult **39,00 €/mes**
(de 18 fins a 65 anys)

Abonament complet Gent Gran (majors de 65 anys) **20,00 €/mes**

Abonament complet Familiar **32,00 €/mes**

A partir del segon membre de la unitat familiar. El titular paga la quota d'abonament d'adult (39,00 €/mes); la resta de membres empadronats a la mateixa adreça, 32,00 €/mes.

Abonament complet d'horari reduït **28,00 €/mes**

L'abonament complet d'horari reduït donarà dret als mateixos serveis que l'abonament complet però únicament en els horaris següents: de dilluns a divendres de 13 h. a 17 h. i dissabtes i diumenges durant tot l'horari d'obertura.

- Les persones que acrediten pertànyer a família nombrosa, família monoparental, pensionistes, estar en situació d'atur o tenir un grau de discapacitat igual o superior al 33% gaudiran d'un 15% de descompte.

Els **abonaments complets** donaran dret, dins de l'horari d'obertura de la instal·lació, a:

- L'ús dels carrers lliures de la piscina destinats a les persones abonades.
- L'ús de la sala de fitness.
- La participació en activitats dirigides, tant de gimnàs com aquàtiques, que no tinguin una quota específica.

Abonament piscina **18,00 €/mes**

L'abonament piscina donarà dret, dins de l'horari d'obertura de la instal·lació, a l'ús dels carrers lliures de la piscina destinats a les persones abonades.

Matrícula **55,00 €**

La matrícula és el dret d'inscripció que cal abonar en el moment de la sol·licitud de l'alta d'abonament.

Quota de manteniment **12,00 €/mes**

La quota de manteniment és l'import mensual que substitueix la quota d'abonament per a aquelles persones abonades que durant un període de temps limitat (entre 3 i 12 mesos) no hagen de fer ús de les instal·lacions i que en el moment de reprendre l'activitat els eximeix del pagament de la matrícula.

ENTRADES DIÀRIES

Entrada Infantil (de 6 fins a 12 anys), **jove** (de 13 fins a 17 anys), **pensionistes**, **gent gran** (majors de 65 anys), **família nombrosa**, **família monoparental**, **persones en situació d'atur** i **persones amb discapacitat** (grau $\geq 33\%$) **4,00 €**

Entrada Adult (de 18 fins a 65 anys, no inclosos en l'apartat anterior) **6,00 €**

Pack 10 entrades Infantil (de 6 fins a 12 anys), **jove** (de 13 fins a 17 anys), **pensionistes**, **gent gran** (majors de 65 anys), **persones en situació d'atur** i **persones amb discapacitat** (grau $\geq 33\%$) **36,00 €**

Pack 10 entrades Adult (de 18 fins a 65 anys, no inclosos en l'apartat anterior) **54,00 €**

- El preu inclou l'IVA.
- Les entrades diàries donen accés a la instal·lació i a tots aquells serveis i activitats inclosos en l'abonament total durant el dia que s'utilitzen.
- Els packs d'entrades tenen una validesa de 3 mesos des del moment de la seva compra. Les condicions d'ús de cada entrada són les mateixes que el d'una entrada diària.

QUOTES

ALTRES SERVEIS I ACTIVITATS

Servei a centres educatius de primària, secundària i especials:

Educació física **20,00 €** per alumne / mes (IVA inclòs)

TIPUS D'ACTIVITAT	PREU ABONAT (IVA inclòs)	PREU NO ABONAT (IVA inclòs)
Escola de rítmica	14,00 €/mes	20,70 €/mes
Activitats esportives especials	15,00 €/mes	30,00 €/mes

• El preu per abonats també serà d'aplicació per a les filles i fills menors d'edat de persones abonades.

Servei de fitness a barris i pobles

	FREQÜÈNCIA SETMANA	PREU (IVA inclòs)
Adult	2 dies / setmana	17,82 €/mes
Gent gran	2 dies / setmana	7,14 €/mes
Gent gran	3 dies / setmana	11,20 €/mes
