

SESIONS EN DIRECTE SPINDIR

DIR A CASA



Sala 1 SpinDiR

INICI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
06.00							
15'							
30'							
45'							
07.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h	07.30 a 08.15 h		
08.00							
15'							
30'		SpinDiR EN DIRECTE		SpinDiR EN DIRECTE			
45'		08.30 a 09.15 h		08.30 a 09.15 h			
09.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h	09.30 a 10.15 h		
10.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE		SpinDiR EN DIRECTE		SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE
45'	10.30 a 11.15 h		10.30 a 11.15 h		10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15 h	10.30 a 11.15 h
11.00							
15'							
30'						SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE
45'						11.30 a 12.15 h	11.30 a 12.15 h
12.00							
15'							
30'						SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE
45'						12.30 a 13.15 h	12.30 a 13.15 h
13.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h	13.30 a 14.15 h		
14.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15 h	14.30 a 15.15 h		
15.00							
15'							
30'							
45'							
16.00							
15'							
30'							
45'							
17.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h	17.30 a 18.15 h		
18.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	18.30 a 19.15 h	18.30 a 19.15 h	18.30 a 19.15 h	18.30 a 19.15 h	18.30 a 19.15 h		
19.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE		
45'	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15 h	19.30 a 20.15 h		
20.00							
15'							
30'	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE	SpinDiR EN DIRECTE			
45'	20.30 a 21.15 h	20.30 a 21.15 h	20.30 a 21.15 h	20.30 a 21.15 h			
21.00							
15'							
30'							
45'							
22.00							
15'							
30'							
45'							

- Sessions amb tècnic presencial
- Sessions emissió EN DIRECTE
- Sessions Virtuals

La direcció de Fitness podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horari d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió pot quedar anul·lada en cas d'impossibilitat material de realitzar-se. Aquests horaris poden ser modificats periòdicament i durant els mesos estius i setmanes de Nadal.