



HORARIS ACTIVITATS DIRIGIDES GIMNÀS SOCIAL SANT PAU

Última actualització 26/07/2024

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
13:00h-14:00h			<u>Exercici terapèutic</u>		
13:50h-14:10h				<u>Multifuncional</u>	
14:30h-15.10h		<u>Multifuncional</u>			
15.15h-16.15h				En forma amb el CAP	
15.30h-16.10h		<u>Multifuncional</u>			
16.00h-17.00h	<u>Exercici terapèutic</u>				
16.30h-17.10h				<u>Multifuncional</u>	
17.00h-18.00h	<u>Defensa personal</u>		<u>Defensa personal</u>		
17.00h-18.00h		<u>Boxa (1)</u>		<u>Boxa (1)</u>	
18:00h-19:00h		<u>Ioga</u>		<u>Ioga</u>	
19.00h-20.00h	<u>Karate</u>	<u>Capoeira</u>	<u>Karate</u>	<u>Capoeira</u>	<u>Boxa (1)</u>
20.00h-21.00h	<u>Boxa (2)</u>	<u>Capoeira</u>	<u>Boxa (2)</u>	<u>Capoeira</u>	<u>Boxa (2)</u>
21.00h-22.00h	<u>Boxa (3)</u>		<u>Boxa (3)</u>		<u>Boxa (3)</u>