CLUB TENNIS REUS MONTEROLS
TENNIS, PÀDEL & FITNESS

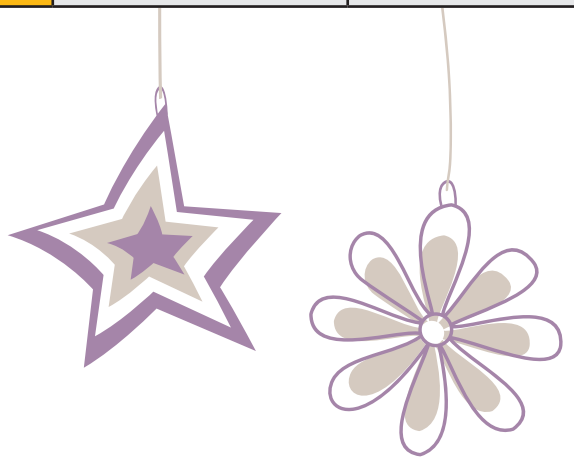
HORARI CLASSES DIRIGIDES

DEL 23 DE DESEMBRE AL 6 DE GENER

INICI	DURADA	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
09:30	30'	1		CYCLING EXPRESS			CYCLING EXPRESS	
09:30	45'	2	TONO		BODYPUMP	STEP		
10:00	45'	2		PILATES			CORPORE	
10:00	50'	1						CYCLING
11:00	30'	2						ESTIRAMENTS
11:15	45'	2	MANTENIMENT	GAC	STEP/TONO	TONO	ESTIRAMENTS	
12:15	60'	2						BODYPUMP
13:30	50'	1	CYCLING		CYCLING		RUNNING	
15:15	45'	2	ZUMBA		BODYBALANCE		PILATES	
18:00	45'	2	BODYPUMP	STEP/TONO	ZUMBA	COMBAT	BODYBALANCE	
18:45	15'	3		ABD		ABD		
19:00	50'	1	CYCLING		CYCLING	CYCLING	CYCLING	
19:15	30'	Fitness	ELIPSING					
19:15	45'	2	BODYBALANCE		PILATES	TONO	ZUMBA	
19:45	15'	3	ABD		ABD			
20:00	30'	3						
20:15	45'	2	PILATES		CYCLING			
20:15	50'	1	CYCLING		H.I.T.			
20:15	60'	2				BODYPUMP		

US DESITGEM QUE TINGUEU UNES

BONES FESTES



Els dies 25, 26 de desembre, 1 i 6 de gener no hi hauràn classes dirigides. A partir del 7 de gener l'horari serà l'habitual.