ÀTOM SPORT
FITNESS & WELLNESS

SALA 1 DIRIGIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
09:15 - 10:00 **BodyPump (Máx 20)**	10:15 - 11:00 **Pilates (Máx 25)**	08:00 - 08:45 **BodyPump (Máx 20)**	17:15 - 18:00 **GAP (Máx 30)**	09:15 - 10:00 **BodyPump (Máx 20)**	09:00 - 10:30 **Meditación guiada (Máx 15)**	
17:15 - 18:00 **BodyPump (Máx 20)**	17:15 - 18:00 **FULL TRAINING (Máx 20)**	09:00 - 10:30 **Meditación guiada (Máx 15)**	18:15 - 18:45 **TRX (Máx 15)**	17:15 - 18:00 **FULL TRAINING (Máx 20)**		
18:15 - 19:00 **GAP (Máx 30)**	19:00 - 19:30 **TRX (Máx 15)**	17:15 - 18:00 **BodyPump (Máx 20)**	18:45 - 19:15 **Culo 30 (Máx 25)**	19:15 - 20:15 **BodyPump (Máx 20)**		
19:15 - 20:00 **BodyPump (Máx 20)**	19:30 - 20:00 **Culo 30 (Máx 25)**	19:15 - 20:15 **BodyPump (Máx 20)**				
20:00 - 21:30 **Meditación guiada (Máx 15)**						

24/07/2024

ÀTOM SPORT
FITNESS & WELLNESS

SALA 2 DIRIGIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
18:15 - 19:00 **STRONG (Máx 25)**	18:15 - 19:00 **Pilates (Máx 25)**	18:15 - 19:00 **GAP (Máx 30)**	10:15 - 11:00 **Pilates (Máx 25)**	10:15 - 11:00 **Zumba (Máx 30)**	10:30 - 11:15 **BodyBalance (Máx 25)**	
19:00 - 20:00 **Zumba (Máx 30)**	20:00 - 20:45 **BodyBalance (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Zumba (Máx 30)**	18:15 - 19:00 **Pilates (Máx 25)**	18:15 - 19:00 **GAP (Máx 30)**		
			19:15 - 20:00 **STRONG (Máx 25)**	19:00 - 20:00 **Zumba (Máx 30)**		
			20:00 - 20:45 **BodyBalance (Máx 25)**			

24/07/2024