



GIMNÀS DEL POLIESPORTIU


Premià de Dalt

HORARIS

Ps. Can Balet, s/n 08338 Premià de Dalt

Tf. 93 212 07 15

www.gimnasdelpoliesportiu.com

 [hiphop_gympremia](https://www.instagram.com/hiphop_gympremia)

HORARIS CLASSES DIRIGIDES

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:30 - 10:15	CARDIO TONO	STRONG	FULL BODY	STRONG	TONO DANCE
10:30 - 11:15	IOGA FACIAL 15'	BODY BALANCE	PILATES	IOGA 55'	
17:15 - 18:00	HIP HOP*	HIP HOP 1	HIP HOP*	HIP HOP 1	
18:00 - 18:45		HIP HOP 3		HIP HOP 3	
18:30 - 19:15			IOGA		
19:30 - 20:15	CARDIO TONO	GIM COMPLET	CARDIO TONO	GIM COMPLET	GIM COMPLET
20:15	JAZZ ADULTS*				

HORARI GENERAL: de 9:15 a 13:00 i de 17:00 a 22:00, de dilluns a divendres.

- Activitats personalitzades de tot el dia: fitness, rehabilitació, correctiva, musculació, preparació per a altres esports...
- Amariets d'ús diari gratuïts.
- Servei de sauna amb cromoteràpia.