

Horari Activitats Curs 2011/2012 fins el 23/06/12

*Oferta horària del primer trimestre. Aquest horari pot tenir alguna modificació durant l'any degut a les necessitats d'Esports UB i el volum de participants en les diferents activitats.

Dilluns					Dimarts					Dimecres					
10:00					10:00					10:00				10:00	
11:00				Body Pump Sala 2	11:00					11:00			Pilates Sala 1	11:00	
12:00	Tenis Inici. P4	Def. Pers. Sala 1		Body Balance Sala 2	12:00	Tenis Perf. P4	AC: G.A.C.		loga Sala 1	Aquagim	12:00	Tenis Inici. P4	Def. Pers. Sala 1	Aquagim	12:00
13:00	Tenis Perf. P4	Judo Sala 1	Aquagim	UB Cycling Sala 2	13:00	Tenis Inici. P4			Tai txi Sala 1	UB Cycling Sala 2	13:00	Tenis Perf. P4	Judo Sala 1		13:00
14:00				Pilates Sala 2	14:00					Body Pump Sala 2	14:00			Aquagim	14:00
15:00					15:00	Tenis Inici. P4					15:00	Tenis Perf. P4			15:00
16:00	Tenis Perf. P4			Re.postural Sala 2	16:00	Tenis Perf. P4					16:00	Tenis Inici. P4			16:00
17:00			Aquagim		17:00						17:00			Aquagim	17:00
18:00	AC: Estiram.	Tenis Inf P3/P4	Futbol F7	UB Cycling Sala 2	18:00	Tenis Inf P3/P4	Karate Kobudo Sala 1	Bàsquet Pav/Bq ext	Natació Infantil	Body Pump Sala 2	18:00	Tenis Inf P3/P4	Futbol Estadi	AC: Circuit	18:00
19:00				Body Balance Sala 2	19:00	Tenis Ini./Perf. P3/P4			Aquagim	UB Cycling Sala 2	19:00			Outdoor Fitness	19:00
20:00		T. Taula Sala 1	Outdoor Fitness	Body Combat Sala 2	20:00	Tenis Perf. P4	Esgrima Sala 1		Natació Perfeccion	Body Balance Sala 2	20:00		T. Taula Sala 1	Natació	20:00
21:00		T. Taula Sala 1	Natació Iniciació	Body Pump Sala 2	21:00						21:00		T. Taula Sala 1	Natació	21:00
22:00					22:00						22:00				22:00

Dijous					Divendres					Dissabte					
9:00					9:00					9:00					9:15
10:00					10:00					10:00			Tenis Inf. Pav/P3/P4		10:15
11:00					11:00					11:00	Tir arc Zona de tir	Aquagim	Tenis Inf. Pav/P3/P4		11:15
12:00	Tenis Perf. P4	AC: Abdom.		loga Sala 1	Aquagim	12:00	Tenis Inici. P4			Body Balance Sala 1	Body Combat Sala 2	Tenis Inf. Pav/P3/P4	Natació Infantil	12:15	
13:00	Tenis Inici. P4			Tai txi Sala 1	Body Pump Sala 2	13:00	Tenis Perf. P4	Def. Pers. Sala 1	Aquagim		UB Cycling Sala 2			13:15	
14:00					UB Cycling Sala 2	14:00		Judo Sala 1			Pilates Sala 2		Tenis Inf. Pav/P3/P4		14:15
15:00	Tenis Inici. P4					15:00	Tenis Perf. P4								
16:00	Tenis Perf. P4					16:00	Tenis Inici. P4								
17:00						17:00									
18:00	Tenis Inf P3/P4	Karate Kobudo Sala 1	Bàsquet Pav	Natació Infantil	Body Combat Sala 2	18:00					AC: Abdomin.	Body Balance Sala 2			
19:00	Tenis Perf. P4			Aquagim	Body Pump Sala 2	19:00						Cardio/ Ritmes Sala 2			
20:00	Tenis Inici. P4	Esgrima Sala 1		Natació Perfeccion	Body Balance Sala 2	20:00						Body Pump Sala 2			
21:00						21:00						UB Cycling Sala 2			
22:00						22:00									

AC Les activitats complementàries es realitzen a la Sala de condicionament físic

Outdoor Fitness Punt de trobada al vestíbul de l'edifici de la piscina

CLASSES DE PÀDEL I TENIS A MIDA: Classes personalitzades de pàdel i tennis en dies i horaris a convenir

