

HORARIS DE CLASSES D'ACTIVITATS DIRIGIDES - 2019/2020

Club Malibú Esportiu



Horaris del Club:

Feiners: de 7h. a 23h. Dissabtes: 9h. a 21:30h., Diumenges de 10h. a 14:15h.

FITNESS

Obert en horaris Club

Amb professor:

MATINS: dilluns/dimecres/divendres de 10 a 13h - Dimarts/Dijous de 10h a 12h
TARDES: de dilluns a divendres de 18 a 21 h.

	DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			DISSABTES
	SALA-1 (Planta 0)	SALA-2 (1a Planta)	SALA-3 (2a Planta)	SALA-1 (Planta 0)	SALA-2 (1a Planta)	SALA-3 (2a Planta)	SALA-1 (Planta 0)	SALA-2 (1a Planta)	SALA-3 (2a Planta)	SALA-1 (Planta 0)	SALA-2 (1a Planta)	SALA-3 (2a Planta)	SALA-1 (Planta 0)	SALA-2 (1a Planta)	SALA-3 (2a Planta)	
07:00																
07:30						7:30-8:15 SPINNING DAVID (amb reservat)	7:30-8:15 MANTENIMENT JDiego (FITNESS)						7:30-8:15 SPINNING DAVID (amb reservat)			
09:30	9:15 a 10 BALANCE PAGO			9:30-10:30 TONIFICACIO ISABEL	09:30 a 10:30h Kick Boxing Doju Karate David Gonzalez			9:15 a 10 BALANCE PAGO	COUNTRY FRANCINA				9:30-10:30 TONIFICACIO ISABEL	09:30 a 10:30h Kick Boxing Doju Karate David Gonzalez		
10:30	10 a 10:30h Hipopressius							10 a 10:30h Hipopressius								
10:30	10:30 a 11:15 PILATES MARTA							10:30 a 11:15 PILATES MARTA								
14:00				14:15 A 15:00 SUPER-GAC+ DIEGO						14:15 A 15:00 SPINNING DAVID			14:15 A 15:00 HIIT DIEGO			
15:00	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	
16:00			16 a 17h POPPIN' JORDI BENITO			16 a 17h DANCEHALL ARNAU NAVARRO			16 a 17h LOCKIN DAVID CASTEJON			16 a 17h HIP-HOP CHRIS ANGELOUS			16 a 17h HOUSE DANCE JORDI BENITO	DIUMENGES Obert de 10 a 14:15h
18:00	18 a 19h Aero-Box Sandra	18 a 18:55h SOUL DANCE DAVID/JORDI	FOUNDATION INFANTIL DAVID/JORDI	18:15 a 18:55 MOLDEIG+ JDiego	18 a 19h TAEKWONDO ENRIC	FOUNDATION DAVID/JORDI	18 a 19h Aero-Box Sandra	18 a 18:55h SOUL DANCE DAVID/JORDI	FOUNDATION INFANTIL ALVAR MARCOS	18 a 19h MOLDEIG+ JDiego	18 a 19h TAEKWONDO ANNA	FOUNDATION ALVAR MARCOS	18 a 19h HIP-HOP CHRIS ANGELOUS	17:30 a 18:30h HIP-HOP BABY (S-7 A)	Club Malibú Esportiu	
19:00	19 a 19:45 h PILATES MARTA	19 a 20h INFAN-JUVENIL de 4-6 y 7-12 anys	POPPIN' JORDI BENITO	19:00 a 19:55 ZUMBA JACKY	19 a 20h SOUL DANCE DAVID/JORDI	CHOREO MANEL CABEZA	19 a 19:45 h PILATES MARTA	19 a 20h INFAN-JUVENIL de 4-6 y 7-12 anys	CHOREO PAU ARNAL	19:00 a 19:55 ZUMBA Jacky	19 a 20h HIP-HOP CHRIS ANGELOUS	19 a 20h HIP-HOP CHRIS ANGELOUS	18:30 a 19:30h BREAKING INICIACIO BBOY ARTIS	Club de Fitness Salut i Esport		
20:00	19:45 a 20:15 ABD HIPOPR	20 a 21h JUDO ADULT 12 i més anys	CHOREO IRENE BAEZA	20 a 21h IOGA BELEN	20 a 20:45 FIT-HIT Fitness JUAN DIEGO	20 PREP ESPINNING	20:15 a 21h PILATES MARTA	20 a 21h JUDO ADULT 12 i més anys	LOCKIN DAVID CASTEJON	20 a 21h IOGA JOSMA	20 a 20:45 FIT-HOT Fitness JUAN DIEGO	20 PREP ESPINNING	19:30 a 20:15h FITNESSplus JUAN DIEGO	19:30 a 20:30h BREAKING AVANÇAT BBOY ARTIS		
21:00			21 a 22h HIP HOP PREMIUM ALVAR MARCOS +30			20 a 21:30h FLOOR WORK (TBA)			21 a 22h DANCEHALL PREMIUM ARNAU NAVARRO					20:30 a 21:30h SOUL DANCE CENTER	20:30 a 21:30h FREESTYLE TRAINING	
23:00	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	SALA-1	SALA-2	SALA-3	
08:45	PAVELLO	PISCINA	ESQUAIX	PAVELLO	PISCINA	ESQUAIX	PAVELLO	PISCINA	ESQUAIX	PAVELLO	PISCINA	ESQUAIX	PAVELLO	PISCINA	ESQUAIX	Obert de 9 a 21:30h
16:00	17 a 18h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	9:30 a 10:15h AQUAGYM Carles		17 a 18h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	8:45 a 9:30h AQUAGYM Carles		17 a 18h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	9:30 a 10:15h AQUAGYM Carles		17 a 18h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	8:45 a 9:30 AQUAGYM Carles		17 a 18h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu			Kupu Kupu (P.P)
18:00	18 a 19h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	18:30 a 19:15h CURSET NAT	ESCOLA ESQUAIX	18 a 19h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	18:15 a 19h CURSET NAT	ESCOLA ESQUAIX	18 a 19h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	18:30 a 19:15h CURSET NAT	ESCOLA ESQUAIX	18 a 19h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	18:15 a 19:00 CURSET NAT	ESCOLA ESQUAIX	18 a 19h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	18:15 a 19h CURSET NAT		10 a 10:30 NADONS
19:00	19-20h PATINATGE ARTÍSTIC	19:15 a 19:45h NADONS Kupu Kupu (P.P)		19-20h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19 a 19:30h NADONS		19-20h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19:20h PERF NAT INFANT		19-20h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19 a 19:30h NADONS		19-20:30h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19 a 19:30h NADONS		10:30 a 11 NADONS
19:30					19:15 a 20h CURS ADULT						19:15 a 20h CURS ADULT			19:30 a 20h NADONS		11 a 11:30 NADONS
20:00	20-21h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19:15 a 20h CURS ADULT		19:30 a 20:30h PERF ADULT	19:30 a 20:30h Embarassades Kupu Kupu (P.P)		20-21h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19:15 a 20h NAT ADULT 1		20-21h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19:30 a 20:30h PERF ADULT		20-21h PATINATGE ARTÍSTIC Escola Malibu Esportiu	19:30 a 20:30h Embarassades Kupu Kupu (P.P)		11:30 a 12 NADONS
20:30																12 a 12:30 NADONS
21:00																
21:30																
	DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			
	Karate Infantil I 18-19h (- 8 a)			Kick Boxing (De 09:30 a 10:30h) David G			Karate Infantil I 18-19h (- 8 a)			Kick Boxing (De 09:30 a 10:30h) David G			Karate Infantil II 18-19h (-10 a)			
	Karate Juvenil 19-20h (de 9 a 14 a)			Karate Infantil II 18-19h (-10 a)			Karate Juvenil 19-20h (de 9 a 14 a)			Karate Infantil II 18-19h (-10 a)			KATAS de 19-20h			
	Adultos 20-21:30h (+15)			Especial competidores, ... 20-21h			Adultos 20-21:30h (+15)			Especial competidores, ... 20-21h			Adultos 20-21:30h (+15)			
	(katas, kihon, kumite, preparació física)			DOJU ESPECIALITZAT d'entrenament físic i tècnic			(katas, kihon, kumite, preparació física)			Aprentatge i alta competició infantil, juvenil i adult!!!			(katas, kihon, kumite, preparació física)			ESCOLA KARATE KYOKUSHINKAE IVAN LOPEZ

KARATE