Horaris Setmana Santa (29/3 al 2/4)

PADEL & TRAINING

CET 10° Artós sports club

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Matí	8:00		8:00				
				10:00			
Migdia		13:00	13:30				
	16:00						
Tarda	19:30		19:30				
		20:30					

CardioTraining: Exercicis de mitja-llarga duració i intensitat mitja.

PowerTraining: Exercicis de curta duració i alta intensitat.