

NOVA PROGRAMACIÓ IW-VIRTUALS

BESTCYCLING 

- Més de 500 sessions
- Gràfiques de relleu amb indicador d'intensitat
- Blocs de treball
- Zones d'entrenament cardíac
- Velocitat de pedaleig
- Resistència
- Temps d'entrenament i recuperació
- Programació automàtica

Des del 23 de novembre 2020

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
7:00	7:15	06:45	9:30	7:00	8:15	9:30
9:30	09:30	14:30	13:30	9:30	18:30	10:30
14:30	10:30	19:30	19:00	14:00		11:30
				18:30		

La durada de les sessions és de 45'-55'. Parc del Garraf AIE es reserva el dret de canviar horaris i activitats



AJUNTAMENT DE
Vilanova i la Geltrú


ESPORTIU laPISCINA
CENTRE MUNICIPAL D'ESPORT I SALUT