NOVA PROGRAMACIÓ
IW-VIRTUALS

BEST CYCLING

- 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 13 de setembre 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
09:30	7:15	06:45	9:30	7:00	8:15	9:15
14:30	08:30	10:15	13:30	9:30	18:45	11:00
	10:30		21:00	14:00		12:00
				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 la PISCINA
CENTRE MUNICIPAL D'ESPORT I SALUT