

# ESPORT A LA PLATJA

Estiu 2023  
DEL 3 DE JULIOL  
AL 31 D'AGOST

De dilluns a divendres  
(excepte festius)

ACTIVITATS A LES PLATGES DE DÉNIA  
Platges de la Marineta Cassiana i Punta del Raset



TAITXI • MANTENIMENT • AEROBIC • PILATES • FITNESS

**Horari: 8:00h, 8:30h, 9:15h i 20:00h**  
No cal inscriure's, acudeix directament a les platges.

Més informació

[www.denia.es](http://www.denia.es) / [www.denia.net](http://www.denia.net)

Organitza Regidoria d'Esports de



Ajuntament de Dénia

# #ESPORT A LA PLATJA

Platja de la Marineta Cassiana

**DILLUNS**

**3**

8H Taitxí  
8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

**DIMARTS**

**4**

8H Taitxí  
8:30H Pilates  
9:15H Fitness  
20H Aeròbic

**DIMECRES**

**5**

8H Taitxí  
8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Kyusho dim mak

**DIJOUS**

**6**

8H Taitxí  
8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Aeròbic

**DIVENDRES**

**7**

8H Taitxí  
8:30H Fitness  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**10**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**11**

8:30H Pilates  
9:15H Fitness  
20H Aeròbic

**FESTIU**

**12**

8H Taitxí

**13**

8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Aeròbic

8H Taitxí

**14**

8:30H Fitness  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**17**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**18**

8:30H Pilates  
9:15H Fitness  
20H Aeròbic

8H Taitxí

**19**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Kyusho dim mak

8H Taitxí

**20**

8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Aeròbic

8H Taitxí

**21**

8:30H Fitness  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**24**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**25**

8:30H Pilates  
9:15H Fitness  
20H Aeròbic

8H Taitxí

**26**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Kyusho dim mak

8H Taitxí

**27**

8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Aeròbic

8H Taitxí

**28**

8:30H Fitness  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

8H Taitxí

**31**

8:30H Manteniment  
9:15H Aeròbic  
20H Taitxí

**JULIOL  
2023**

Tota la informació  
esportiva de Dénia  
al teu Facebook



**Ajuntament  
de Dénia**

# #ESPORT A LA PLATJA

Platja Punta del Raset

**DILLUNS**

**3**

8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Manteniment

**DIMARTS**

**4**

8:30H Manteniment  
9:15H Fitness  
20H Taitxí

**DIMECRES**

**5**

8:30H Pilates  
9:15H Manteniment  
20H Manteniment

**DIJOUS**

**6**

8:30H Manteniment  
9:15H Fitness  
20H Taitxí

**DIVENDRES**

**7**

8:30H Manteniment  
9:15H Fitness  
20H Manteniment

8:30H Manteniment

**10**

9:15H Pilates  
20H Manteniment

8:30H Pilates

**11**

9:15H Manteniment  
20H Taitxí

**FESTIU**

**12**

8:30H Pilates

**13**

9:15H Manteniment  
20H Taitxí

8:30H Pilates

**14**

9:15H Manteniment  
20H Manteniment

8:30H Pilates

**17**

9:15H Manteniment  
20H Manteniment

8:30H Manteniment

**18**

9:15H Fitness  
20H Taitxí

8:30H Pilates

**19**

9:15H Manteniment  
20H Manteniment

8:30H Manteniment

**20**

9:15H Fitness  
20H Taitxí

8:30H Manteniment

**21**

9:15H Fitness  
20H Manteniment

8:30H Manteniment

**24**

9:15H Pilates  
20H Manteniment

8:30H Pilates

**25**

9:15H Manteniment  
20H Taitxí

8:30H Manteniment

**26**

9:15H Fitness  
20H Manteniment

8:30H Pilates

**27**

9:15H Manteniment  
20H Taitxí

8:30H Pilates

**28**

9:15H Manteniment  
20H Manteniment

8:30H Pilates

**31**

9:15H Manteniment  
20H Manteniment

**JULIOL  
2023**

Tota la informació  
esportiva de Dénia  
al teu Facebook



**Ajuntament  
de Dénia**

# #ESPORT A LA PLATJA

Platja de la Marineta Cassiana

## DILLUNS AGOST 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

3

4

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Fitness

20H Aeròbic

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Kyusho dim mak

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Aeròbic

8H Taitxí

8:30H Fitness

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

7

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

8

8:30H Pilates

9:15H Fitness

20H Aeròbic

9

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Kyusho dim mak

10

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Aeròbic

11

8:30H Fitness

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

14

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

15

FESTIU

16

FESTIU

17

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Aeròbic

18

8H Taitxí

8:30H Fitness

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

21

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

22

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Fitness

20H Aeròbic

23

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Kyusho dim mak

24

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Aeròbic

25

8H Taitxí

8:30H Fitness

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

28

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Taitxí

29

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Fitness

20H Aeròbic

30

8H Taitxí

8:30H Manteniment

9:15H Aeròbic

20H Kyusho dim mak

31

8H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Aeròbic

Tota la informació  
esportiva de Dénia  
al teu Facebook



Ajuntament  
de Dénia

# #ESPORTA LA PLATJA

Platja Punta del Raset

**DILLUNS**  
**AGOST**  
**2023**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**1**

**2**

**3**

**4**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Taitxí

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

**7**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

**8**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Taitxí

**9**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**10**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Taitxí

**11**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**14**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**15**

**FESTIU**

**16**

**FESTIU**

**17**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Taitxí

**18**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

**21**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

**22**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Taitxí

**23**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**24**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Taitxí

**25**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**28**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Manteniment

**29**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Taitxí

**30**

8:30H Pilates

9:15H Manteniment

20H Manteniment

**31**

8:30H Manteniment

9:15H Fitness

20H Taitxí

Tota la informació  
esportiva de Dénia  
al teu Facebook



**Ajuntament  
de Dénia**