



Ajuntament de
Cabrera de Mar
Regidoria Gent Gran



Horari d'informació/inscripcions tallers

El Castellet de dilluns a divendres de 9.00 a 15.00

Telèfon: 93 737 98 24

Centre Cívic: Joan XXIII. Telèfon: 93 750 65 54

SERVEIS

PODOLOGIA

DIVENDRES DE 9.20 a 14.00
Cita previa

EXCURSIONS

XERRADES

MENÚ SETMANALS

TERAPIA DE REIKI



Instagram: @el_castellet_cabrera



Facebook: El Castellet Casal

PINTURA CREATIVA/ MANUALITATS
DILLUNS DE 9.00 a 11.00
DIMARTS DE 16.00 a 18.00

HIPOPRESSIUS
DILLUNS DE 9.15 a 10.45

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT
DILLUNS I DIMECRES
DE 11.00 a 12.00

DINAMITZACIÓ
DILLUNS/DIMECRES/DIVENDRES
DE 17.00 A 19.30

PUNTES DE COIXÍ
DIMECRES I DIVENDRES
DE 16.30 a 18.30

MANTES SOLIDÀRIES
DIMARTS DE 10.00 a 12.00

IOGA EN CADIRA
DILLUNS I DIVENDRES
DE 10.00 a 11.30

ESCACS
DE DILLUNS A DIVENDRES
DE 17.00 a 19.00

INFORMÀTICA MULTIPLATAFORMA
DIJOURS DE 10.00 a 12.00

JOCS DE TAULA (RUMMIKUB)
DIMARTS/DIJOUS
DE 17.00 a 19.00

COSTURA (2)
DIMARTS I DIMECRES
DE 18.00 a 20.30

Centre Cívic Pla de L'avellà

MITJA
DILLUNS DE 10.00 a 12.00
DIMECRES DE 10.00 a 12.00

Centre Cívic Pla de l'avellà

PILATES
DIMARTS I DIJOURS
9.00 a 10.00/ 10.00 a 11.00

Centre Cívic Pla de L'avellà

TALLER DE LA MEMÒRIA
DIJOURS DE 10.30 a 12.00

BRIDGE
DILLUNS I DIVENDRES
DE 17.00 a 20.00