



SETMANA DELS HÀBITS SALUDABLES DE LA DONA

DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26
<p>9.15 H HIPOPRESSIUS EL CASTELLET Casal de la gent gran <i>A càrrec de la Teresa Hemández</i></p>	<p>9 H PILATES EL CASTELLET Casal de la gent gran <i>A càrrec de l'Ada Guasch</i></p>	<p>10- 13 H REIKI EL CASTELLET Casal de la gent gran <i>A càrrec de l'Angels Folk</i></p>	<p>9 H I PUJADA DE LA GENT GRAN AL CASTELL DE BURRIAC Explanada de la FONT PICANT <i>A càrrec de Serveis Socials</i></p>
<p>15.45 H PILATES POLIESPORTIU <i>A càrrec de l'Ada Guasch</i></p>	<p>18 H LES PROPIETATS DEL MAGNESI EL CASTELLET Casal de la gent gran <i>A càrrec de l'Ana Ma Lajusticia</i></p>	<p>15.45 H TONIFICACIÓ POLIESPORTIU <i>A càrrec de l'Ada Guasch</i></p>	<p>18 H SWING A LA PLAÇA PLAÇA VELLA DE BÀS QUET <i>A càrrec de Swing Maresme</i></p>
			<p>19.30 H IOGA EL CASTELLET Casal de la gent gran <i>A càrrec de la Elisenda Tous</i></p>

Tallers i activitats gratuïtes!

I durant tota la setmana a la piscina municipal:

	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
9,15- 10,05 H	Aqua fitness	Aqua fitness	Aqua fitness	Aqua fitness	Aqua fitness
14- 14,50 H	Spinning		Spinning	Spinning	
15,15- 16,05 H		TBC		TBC	
18,15- 19,05 H		Fit-ball	Body-pump	Fit-ball	Body-pump
19,15- 20,05 H		TBC		TBC	
20,15- 21,05 H		Spinning		Spinning	