

JULIOL AL CASTELLET



Inscripcions al Casal El Castellet fins el dijous 30 de juny. Telèfon 937 37 98 24

Tallers i activitats

MATINS

Hipopressius dilluns de 9:15 a 10:45 h.

Sucs verds dimarts de 10:30 a 12 h.

Cuina dimarts de 10 a 11:30 h.

Tablet i mòbil dimecres de 9:30 a 11:30 h.

Jardineria dijous de 10 a 11:30 h.

Marxa nòrdica divendres de 9 a 11 h.

TARDES

Dinamització dilluns, dimecres i divendres de 17 a 20 h.

Bridge dilluns i divendres de 17 a 20 h.

Jocs teatrals dilluns de 18 a 19 h.

Pilates dimarts i dijous de 17:15 a 18:15 h.

Gimnàstica de manteniment dimarts i dijous de 18:15 a 19:15 h.

Ioga Kundalini dimarts 19:45 a 21:15 h.

Puntes de coixí dimecres i divendres de 16:30 a 18:30 h.

Balls llatins dimecres 18:45 a 19:45 h.

Balls en línia dijous de 18:00 a 19:00 h.

13€

per taller

Xerrades gratuïtes

Dimecres 6: **Marxa nòrdica** a les 19:30 h

Dimarts 12: **Diabetis** a les 11 h

Dilluns 18: **Seguretat a la llar** a les 10 h