
PER A GENT GRAN

COR JOVE

DEL 8 DE GENER AL 14 DE MARÇ

Grup A: dilluns i dimecres d'11 a 12 h

Professional: Nayara Reyes

DEL 9 DE GENER AL 15 DE MARÇ

Grup B: dimarts i dijous d'11 a 12 h

Grup C: dimarts i dijous de 12 a 13 h

Preu: 33,17 €

Places màximes: 30

Professional: María Reina

Manteniment del cos mitjançant exercicis i jocs per aconseguir un bon estat de salut.

MANTENIMENT AL MATÍ

DEL 8 DE GENER AL 14 DE MARÇ

Dilluns i dimecres de 9 a 10 h

Preu: 33,17 €

Places màximes: 30

Professional: Nayara Reyes

Manteniment del cos mitjançant exercicis i jocs. Amb una intensitat mitjana. Cal dur roba còmoda, calçat apropiat, tovallola i aigua.

ACTIVA-MENT

DEL 12 DE GENER AL 16 DE MARÇ

Divendres de 13 a 14 h

Preu: 17,06 €

Places màximes: 12

Professional: Elisabet Castejón

Taller per mantenir jove i activa la ment mentre exercitem la memòria, millorem l'autoestima i ens relacionem amb els altres. Cal portar llibreta, llapis i llapis de colors.