

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx

octubre-desembre 2018

SALA 5

4^a planta

SALA 4

3^a planta

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
9-9.30h							9-10h	Ball en línia A (Eli)	Pilates B (Sònia)	Manteniment suau B (Eli)	Hatha Ioga D (Gabriel)	Pilates G (Sònia)	Cessió
9.30-10.30h		LUOTECA	LUOTECA	Dibuix i Pintura B (Anna)	LUOTECA		10-11h	Manteniment suau A (Eli)	Ioga A iniciació (Gabriel)	Manteniment suau C (Eli)	Educació postural C (Air Active)	Reforç pèlvic (Sònia)	
10.30-11.30h	Zumba Gold A (Eva)									11-12h	Teràpia del riure (Eli)	Educació postural B (Air Active)	
11.30-12h		Estimulació musical nadons A (Carla)	LUOTECA		Massatge jocs sensorials (Amalia)		12-13h	Educació postural A (Air Active)	Osteopilates (Air Active)	Pilates D intens (Sonia)			
12-12.30h	Dibuix i Pintura A (Anna)	Música en família (Carla)			Dibuix i Pintura C (Anna)		Teatre (Núria)	13-13.30h			Esquena sana (Eli)		
12.30-13,30h									13,30-10,15 h				
13,30-14,15 h													
14.15-15.15h			Ioga migdia (Gabriel)				14.15-15.15h	Pilates migdia (Eli)					
15.30-16.30h		Meditació migdia (Johanna)					15.30-17h					PIAD	
16.30-17.30h		Estiraments (Johanna)					17-17.30h						
17.30-18.30h	Zumba Kids (6 a 8 anys) (Lorena)	Ashtanga Ioga (Johanna)	Commercial Dance A (7 a 10 anys)	Ballet (6 a 8 anys) (Emanuele)	Commercial Dance B (10 a 13 anys)		17.30-18.30h	Hatha Ioga A (Toni)	Cessió	Zumba Kids (8 a 13 anys) (Silvia)	Hip hop (8 a 12 anys) (Lorena)	Hipopilates (Air Active)	
18.30-19.30h	Activa't (Francis)	Ioga C (Johana)	Expressió llatina per a dones (Olga)	Hatha Ioga E (Emanuele)	Commercial Dance C (+14 anys)		18.30-19.30h	Tai Txí (Gabriel)	Ioga B (Emanuele)	Hatha Ioga B (Ignasi)	Manteniment suau D (Nati)	Dansa oriental (Johanna)	
19.30-20.30h	Pilates A (Emanuele)	Pilates aeròbic (Air Active)	Balls llatins (Olga)	Zumba C suau (Miriam)	Dansa Contemporània (Emanuele)		19.30-20.30h	Pilates (Gabriel)	Pilates C (Francis)	Hatha Ioga C intens (Celeste)	Pilates F (Nati)	Ioga i relaxació (Johanna)	
20.30-21.30h	Fitness Dance A (Emanuele)	Flex & Tono (Air Active)	Zumba B (Silvia)	Zumba D (Miriam)	Fitness Dance B (Emanuele)		20.30-21.30h	Ioguilates (Gabriel)	Balls de Saló (Francis)	Pilates en moviment (Celeste)	Abdominals hipopressius (Pep)	Defensa personal (Alexandre)	

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx

octubre-desembre 2018

SALA 2

SALA 3

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
9-9.30h						9-9.30h						
9.30-10.30h	Anglès A zero (Stefan)		Món Google (Elsa)			9.30-10.30h						Maquillatge i recollits de festa (1 sessió)
10.30-11h							10.30-11h		Francès bàsic (Sebastien)			
11-12h	Anglès B mitjà (Judith V.)		Internet i informàtica bàsica (Elsa)	Anglès A mitjà (Marina)		11-11.30h						
12-12.30h							11.30-12h		Francès B conversa (Sebastien)			
12.30-13.30h			Informàtica a la carta (Elsa)	Anglès per viatjar (Marina)		12-13h						
13.30-14h							13-13.30h					
14-16h		Anglès conversa (Judith V.)				13.30-14h						
16-17h						14-16h						
17-17.30h	Anglès A conversa (Laura) (22 octubre)					16-17h						
17.30-18.30h		Francès zero (Sebastien)	Robòtica a 9 anys (CreaTIC)		Seminaris (1 sessió)	17-17.30h	Psicomotricitat nadons (Marina)	Anglès B bàsic (Judith V.)	Fibromialgia 17 a 19.15h			
18.30-19.30h	Anglès A bàsic (Laura) (22 octubre)	Francès A conversa (Sebastien)	Robòtica (10 a 12 anys) (CreaTIC)	Màquina de cosir mitjà (Almudena)	Producció musical	17.30-18.30h		Canvia la lletra (Ingrid)				
19.30-20h					Màquina de cosir iniciació (Almudena)	Ordre i armaris	18.30-20h		Anglès bàsic grup C (18.45-20.15h)	Patchwork (Alicia)		
20-21h	Anglès B zero (22 octubre)	Anglès conversa B (Judith V.)	Alemanys Conversa (Judith V.)		Shopper	20-20.30h						
21-21.30h					Decoupage	20.30-21h						
					Llums decoratives	21-21.30h						

