



ACTIVITATS ESPORTIVES



2022 - 2023

ACTIVITAT	HORARI	LLOC
IOGA	DILLUNS I DIMECRES DE 18:00 A 19:00H	GIMNÀS ESCOLA
PILATES	DILLUNS I DIMECRES DE 20:30 A 21:30H DIMARTS I DIJOUS DE 9:10 A 10:10H	GIMNÀS POLIESPORTIU
TAI-TXI	DIMARTS I DIJOUS DE 17:00 A 18:00H	GIMNÀS POLIESPORTIU
CARDIO STEP	DILLUNS I DIMECRES DE 9:15 A 10:15H DE 20:00 A 21:00H	AIRE LLIURE
G-TRAINING	DILLUNS I DIMECRES DE 20:15 A 21:15H	AIRE LLIURE
TRX	DILLUNS I DIMECRES DE 19:00 A 20:00H DIMARTS I DIJOUS DE 20:00 A 21:00	GIMNÀS POLIESPORTIU
ENTRENAMENT POSTURAL	DIMARTS I DIJOUS DE 15:30 A 16:15H DE 20:30 A 21:15H	GIMNÀS POLIESPORTIU
GIMNÀSTICA PER A MAJORS	DIMARTS I DIJOUS DE 16:00 A 17:00H	GIMNÀS POLIESPORTIU

PREU: 16 €/MES

10 €/MES PERSONES JUBILADES

INSCRIPCIONS A L'ESCOLA D'ADULTS (vesprades)

epa@quatretonda.org

Tlf: 96 226 47 01

