

## Horaris Curs 2018-19

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSAPTE
loga 9h -10.30h			loga 9h - 10.15h		
		loga 15h - 16.30h		Abdominals Hipopressius® Low Pressure Fitness 17h -18h	Tai Chi- Qigong 13 d'octubre 10h - 13h30 matinal mensual
loga 18h -19h * Pendent iniciar	loga 18h -19h	loga 18h -19h	loga 18h -19h	loga Nens 18h - 19h	
<b>Mindfulness</b> Pràctica Personal i Certificat Nivell I Conferència: 8 d'octubre Curs 15 Oct. – 11 Des. 19.30h - 22h	Aula d' Autoajuda 20.20 –21.30	<b>S.G.R.®</b> Stretching Global Actiu Reeducació Postural Pràctica suau 19.20 -20.20h	Lectures de Saviesa Gnani loga 20h15 - 21h 45 1er dijous de cada mes Inici: 4 d'octubre	loga Joves i Adults 19h –20h * Pendent iniciar	
loga 19h - 20.15h			loga 20h - 21.30h	loga 20h - 21.15h	