

Horaris Curs 2022/2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Sala MN

Aire lliure

Sala MN

Sala MN

Sala MN

Aire lliure

Sala MN

**MOM/ WOMAN
TRAINING**
9:30 a 10:30h
Paula F.

**MOM
TRAINING**
10:30 a 11:30h
Paula F.

**MOM
TRAINING**
17:30 a 18:30h
Paula F.

**PRENATAL
TRAINING**
18:30 a 19:30h
Paula F.

**WOMAN
TRAINING**
20:00 a 21:00h
Parc Taulí

**GIMNÀSTICA
PER A
EMBARASSADES**
9:30 a 10:30h
Anna R.

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
10:30 a 11:30h
Anna R.

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
11:30 a 12:30h
Anna R.

**IOGA
EMBARASSADES**
17:00 a 18:00h
Tània M.

**ABD.
HIPOPRESSIUS**
18:15 a 19:15h
Anna Roca

**GIMNÀSTICA
PER A
EMBARASSADES**
19.15 a 20.15h
Anna R.

**PRENATAL
TRAINING**
9:30 a 10:30h
Paula F.

**MOM
TRAINING**
10:30 a 11:30h
Paula F.

**GRUP
LACTÀNCIA**
11:30 a 13h
Carla Ribas

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
17:00 a 18:00h
Maria S.

**GIMNÀSTICA
PER A
EMBARASSADES**
18 a 19h
Maria S

**CURS
PREPART**
19:30-21:00H

**GIMNÀSTICA
PER A
EMBARASSADES**
9:30 a 10:30h
Anna R.

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
10:30 a 11:30h
Anna R.

**INICIACIÓ RECU
POSTPART**
12:00 a 12:45h
Anna R.

**IOGA
EMBARASSADES**
18:30 a 19:30h
Tània M.

**WOMAN
TRAINING**
7:30 a 8:30h
Parc Taulí

**WOMAN
TRAINING**
19.30 a 20:30h
Parc Taulí

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
10:30 a 11:30h
Anna R.

**RECUPERACIÓ
POSTPART**
17:00 a 18:00h
Anna R.

**CURS
PREPART**
18:30-20:00h



MOVIMENT NAT