

# HORARI CURS 2018/2019



Horari	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	DISSABTE
	AULA 1	AULA2	AULA 1	AULA2	AULA1	AULA2	AULA 1	AULA2	AULA2	TALLERS
10.00	10'00-11'30 Vivències Corporals +Força Pilot Inés	10'30-11'30 Força Conscient (Aberto) <b>NOVETAT!!!</b>		9'45 Sofrologia en grup Cynthia	9'15-10'30 ASR+ Sòl pelvià Inés 10'30-12'00h Moviment Saludable majors -Inés			10'00-11'15 Mindfulness Aranzazu		MENSUAL Mindfullnes familiar TALLER
12.00		11'30-12'30 EFM: Entrenament funcional per a majors (Alberto) <b>NOVETAT!!</b>	12'15-13'45 Vivències Corporales+ Força Inés	11'00h SINOVI Alberto		12'15 Òssos per a la vida  Alberto				
15.15	Vivències Corporales + Força Inés		Abdominals sense Riscm Alberto	15.30h Reeducació funcional Adriana						
16.00		16'30 Força conscient Alberto			EDUCACIÓ POSTURAL (12-16 ANYS) Alberto		Moviment Orgànic (Feldenkrais) Alberto- <b>NOU!!</b>			
17.30	Abdominals sense risc iniciació Alberto	Música i moviment de Lila (3-6 anys)		Música i moviment de Lila (3-6 anys)	EDUCACIÓ POSTURAL (6-11 ANYS) Alberto/ Inés	Música i moviment de Lila (3-6 anys)	Mindfulness xiquets Aranzazu	Psicomotricitat relacional <b>NOVETAT!!</b>	TALLER MENSUAL: Estiraments 17'30-20'30	
18'30	19'00-20'30h Vivències Corporals + FORÇA Alberto	Música i moviment de Lila (3-6 anys)	Abdominals Sense Risc Inés	Música i moviment de Lila (3-6 anys)	18.45h Abdominals sense risc Alberto	Música i moviment de Lila (3-6 anys)	Vivències Corporals+ Força Inés		Altres tallers	
20.00			Vivències Corporals + Força Inés		BFL/ Moviment Orgànic (Alberto) <b>NOVETAT!!</b>			Mindfulness Aranzazu		