



PROGRAMACIÓ DE FEBRER A MAIG DE 2016

INSCRIPCIONS A LES ACTIVITATS

A PARTIR DEL DIMARTS, 19 DE GENER AL CIOD

C. Les Escoles, 10 baixos – T. 93 462 11 21 – infodonacioc@sant-adria.net

Més informació a www.sant-adria.net/serveis/igualtat /www.facebook.com/CIODDonesSantAdria

TALLERS	DIA	HORARIS	CALENDARI	PREU
IOGA	DILLUNS	9.30 – 11 h	01/02-30/05 (14 sessions)	42 €
RELAXACIO I RESPIRACIÓ	DILLUNS	11.15 – 12 h	08/02 – 14/03 (6 sessions)	GRATUÏT
COM ÉS LA MEVA RELACIÓ DE PARELLA? Un espai de reflexió per a dones destinat a facilitar canvis i millores en les nostres relacions de parella davant de les dificultats de la vida qüotidiana	DILLUNS	15.15 – 16.45 h	15/02 – 30/05 (12 sessions)	GRATUÏT
DANSA DEL VENTRE	DILLUNS	17.15 – 18.45 h	15/02 – 18/04 (8 sessions)	21 €
ZUMBA	DIMARTS	15.15 - 16.15 h	16/02 – 24/05 (14 sessions)	27 €
TALLER D'HIPOPRESSIUS I SÒL PELVIÀ	DIMARTS	17.30 – 18.30 h	01/03 – 10/05 (10 sessions)	19 €



MEDITACIÓ	DIMECRES	9.30 – 11 h	17/02 - 27/04 (10 sessions)	27 €
DONES I SALUT. Les emocions, el cos i la salut. Iniciació (Impartició per personal sanitari del CAP Barraquer)	DIMECRES	11.30 – 13 h	17/02 – 27/04 (10 sessions)	GRATUÏT
IOGA	DIMECRES	15.15 – 16.45 h	10/02-18/05 (14 sessions)	42 €
TEATRE	DIMECRES	17.15 – 18.45 h	17/02 – 11/05 (12 sessions)	31,50 €
GIMNÀSTICA	DIJOURS	9.30 – 10.30 h	18/02 – 26/05 (14 sessions)	27 €
TALLER DE CREATIVITAT Creació de quadres amb la tècnica “Mix Media”	DIJOURS	15.15 – 16.45 h	18/02 – 28/04 (10 sessions)	27 €
TALLER D'EQUILIBRI EMOCIONAL Tècniques per treballar l'equilibri enèrgetic del cos	DIJOURS	17.15 – 18.45 h	18/02 – 14/04 (8 sessions)	21 €
RISOTERÀPIA	DIJOURS	17.15 – 18.45 h	21/04 – 12/05 (4 sessions)	10,50 €