

Curs 2024-2025  
Centre Cívic de Vidreres

# Promoció de la Salut



**IOGA INICIACIÓ** Matí: dimecres i divendres d'11 a 12.30 h  
Tarda: dimarts i dijous de 20.30 a 22 h

**IOGA AVANÇAT** Matí: dimecres i divendres de 9.30 a 11 h  
Tarda: dimarts i dijous de 19 a 20.30 h

**PILATES**  
Matí 1: dimarts i dijous de 9.45 a 10.45 h  
Matí 2: dimarts i divendres d'11 a 12 h  
Tarda: dimarts i divendres de 15.15 a 16.15 h  
Vespre: dilluns i dimecres de 19.30 a 20.30 h

**TONIFICACIÓ** Dilluns i dimecres de 20.30 a 21.30 h

**SLOW-GIM** Dilluns i dimecres de 15.15 a 16.15 h

**ZUMBA ADULTS** Dimarts i dijous de 20.30 a 21.30 h



## CENTRE CÍVIC DE VIDRERES

C/ Orient, 122

Tel. 972850067

[www.vidreres.cat](http://www.vidreres.cat)

**Inscripcions on-line:**

<https://civic.enginydigital.cat/vidreres>



Ajuntament  
de Vidreres



Dipsalut  
Organisme de Salut Pública  
de la Diputació de Girona



Diputació de Girona

**suara**  
COOPERATIVA