

Centre Cívic de Vidreres

Curs 2025-2026

Promoció de la Salut

HORARIS	
Activitat	Horari
IOGA INICIACIÓ	MATÍ: dimecres i divendres d'11.00 a 12.30 h TARDA: dimarts i dijous de 20.30 a 22 h
IOGA AVANÇAT	MATÍ: dimecres i divendres de 9.30 a 11.00 h TARDA: dimarts i dijous de 19 a 20.30 h
PILATES	MATÍ (grup 1): dimarts i dijous de 10 a 11 h MATÍ (grup 2): dimarts i dijous d'11 a 12 h TARDA: dimarts i dijous 15.15 a 16.15 h VESPRE: dilluns i dimecres de 19.30 a 20.30 h
SLOW-GIM	Dilluns i dimecres de 15.15 a 16.15 h
TONIFICACIÓ	Dilluns i dimecres de 20.30 a 21.30 h