

HORARI ACTIVA'T DIRIGIDES +65



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

9 A 10 H

ACTIVA'T 1

ACTIVA'T 5

ACTIVA'T 1

ACTIVA'T 5

POLIESPORTIU MUNICIPAL

10 A 11 H

ACTIVA'T 2

ACTIVA'T 3

ACTIVA'T 2

ACTIVA'T 3

ACTIVA'T
(TOTS ELS GRUPS)

POLIESPORTIU MUNICIPAL

11 A 12 H

ACTIVA'T 4

ACTIVA'T 4

POLIESPORTIU MUNICIPAL

L'objectiu és millorar i mantenir la forma física mitjançant exercicis suaus, jocs i esports senzills, balls i danses. A més, s'organitzen sortides, caminades i activitats especials. L'exercici físic ajuda a millorar dolences com: artrosi, mal d'esquena, depressió i hipertensió, entre moltes més.

 Poliesportiu Municipal - Atenció de dilluns a divendres, de 9 a 14 h

 93 680 15 72

 poliesportiu@molinsderei.cat

QUOTA
TRIMESTRAL
15,23€



**Ajuntament
de Molins de Rei**

