



Activitats gratuïtes i sense inscripció

Sessions dirigides de 45 minuts de dilluns a divendres

Per totes les edats i nivells

Posa't en forma, relaxa't i guanya equilibri

A parcs, places i jardins

9 espais públics repartits per la ciutat.

CALENDARI D'ACTIVITATS

HORA	DLL	DM	DX	DJ	DV
09.15-10.00	 PL. DE LA PATACADA	 PL. CLAUDI TRICAZ	 PL. DE LA PATACADA	 MAS IGLESIAS	 CLAUDI TRICAZ
11.00 - 11.45	 MAS IGLESIAS	 GARCIA LORCA	 JULI GAROLA	 GARCIA LORCA	 JULI GAROLA
TARDA-15.15				 PL. DELS GANXETS	
TARDA-16.45	 PARC 1 D'OCTUBRE	 PL. DE LA DANSA	 PL. TIRANT LO BLANC		

Activa't
Energia i vitalitat

Equilibra't
Força i control corporal

Allibera't
Relaxació i benestar

Porta roba còmoda, aigua i una estoreta

Mes informació:



Els horaris de les activitats poden patir modificacions a causa de festius, condicions meteorològiques adverses o altres circumstàncies imprevistes que puguin afectar el desenvolupament de les sessions. Agraïm la vostra comprensió i recomanem comprovar els horaris abans de cada assistència.



CALENDARI



Octubre						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Novembre						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Desembre						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Gener						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Febrer						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16 i 17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	

Març						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Abril						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Maig						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Juny						
DL	DM	DX	DJ	DV	DS	DG
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

eius es mou activitat física al carrer

INICI I FI DE CURS

Inici de curs: 7 d'octubre de 2025
Fi de curs: 19 de juny de 2026

FESTIU

Els dies festius locals, autonòmics i estatals no hi haurà sessió

Els dies següents no hi haurà activitat.

- 16 i 17 de FEBRER Carnaval
- 23 d'ABRIL Sant Jordi

VACANCES

Nadal: del 22 de desembre de 2025 al 7 de gener de 2026, ambdós inclosos.
Setmana Santa: del 28 de març al 6 d'abril de 2026, ambdós inclosos.