

ACTIVIDADES PARA MAIORES

DIRIXIDO A PERSOAS MAIORES DE 60 ANOS



XIMNASIA SIGÜEIRO

GRUPO 1:

MARTES E VENRES DE 9:30H A 10:30H

GRUPO 2:

MARTES E VENRES DE 10:30H A 11:30H

XIMNASIA SENRA

LUNS E MÉRCORES DE 18:05H A 19:05H

MÚSICA E MOVEMENTO

LUNS E MÉRCORES DE 11:30H A 12:30H

XIMNASIA TRASMONTE

MARTES E XOVES DE 17:30H A 18:30H

TAICHI

GRUPO 1:

LUNS E MÉRCORES DE 9:30H A 10:30H

XIMNASIA CACHOPAL

LUNS E MÉRCORES DE 17:00H A 18:00H

GRUPO 2:

LUNS E MÉRCORES DE 10:30H A 11:30H

YOGA

XOVES DE 10:00H A 11:00H

OBRADOIROS DE MEMORIA

SIGÜEIRO

MARTES E XOVES DE 11:30H A 12:30H

TRASMONTE

MARTES DE 16:30H A 17:30H

CACHOPAL

MÉRCORES DE 16:00H A 17:00H

SENRA

LUNS DE 19:05H A 20:05H

