

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
	sala tai chi	sala drac	sala tai chi	sala drac	sala tai chi	sala drac	sala tai chi
7.30							
7.45							
8							
8.15							
8.30			Mindfulness 8.00-9.15h				
8.45							
9							
9.15		Estiraments i tonificació 9.00-10.15h			Estiraments i tonificació 9.00-10.15h		
9.30							
9.45		Hatha loga 9.30-10.45h		Hatha loga 9.30-10.45h			
10	Pilates 10.00-11.15h		Pilates terapèutic 10.00-11.00h	Pilates 10.00-11.15h	Pilates terapèutic 10.00-11.00h		
10.15							
10.30							
10.45							
11		Pilates terapèutic 11.00-12.00h	Tai-chi chuan 11.00-12.30h		Pilates terapèutic 11.00-12.00h	Tai-chi chuan 11.00-12.30h	
11.15							
11.30							
11.45							
12							
12.15							
12.30							
12.45							
13							
13.15							
13.30							
13.45							
14							
14.15							
14.30							
14.45							
15							
15.15		loga/Pilates 15.10-16.10h	Tai-chi chuan 15.00-16.30h		loga/Pilates 15.10-16.10h	Tai-chi chuan 15.00-16.30h	
15.30							
15.45							
16							
16.15							
16.30							
16.45							
17							
17.15		Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 17.00-18.00h	Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 17.00-18.00h	Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 17.00-18.00h	Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 17.00-18.00h		
17.30							
17.45	Pilates 17.30-18.45h	Kung-Fu <small>NENS/ES</small> Junior (+7 anys) 17.30-18.45h	Kung-Fu <small>NENS/ES</small> Infantil (4-6 anys) 17.30-18.30h	Kung-Fu <small>NENS/ES</small> Junior (+7 anys) 17.30-18.45h	Pilates 17.30-18.45h	Kung-Fu <small>NENS/ES</small> Infantil (4-6 anys) 17.30-18.30h	
18		Chi Kung terapèutic 18.10-19.25h	Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 18.10-19.10h	Psicomotricitat sistèmica <small>NENS/ES</small> 18.10-19.10h			
18.15							
18.30							
18.45							
19							
19.15		Kung-Fu adults 19.00-21.00h	Yin ioga 19.15-20.30h		Chi Kung terapèutic 19.00-20.15h	Pilates 19.00-20.15h	
19.30							
19.45	Tai-chi chuan 19.30-21.00h		Tai-chi chuan 19.30-21.00h	loga/Pilates 19.15-20.30h		Kung-Fu adults 19.00-21.00h	
20							
20.15							
20.30		Vinyasa ioga 20.30-21.45h		Vinyasa ioga 20.30-21.45h			
20.45							
21							
21.15	Tai-chi chuan 21.00-22.30h						
21.30							
21.45							
22							
22.15							
22.30							

Formacions en Cons-tel-lacions Familiars.  
  
Tallers de percepció energètica.  
  
Grups de criança.

Tallers oberts de Cons-tel-lacions Familiars

Taller emocions, eneagrama, trobades de criança i altres

ACTIVITATS	1 DIA/SETMANA	2 DIES/SETMANA	3 DIES/SETMANA
TAI-CHI-CHUAN	40 € al mes	50 € al mes	60 € al mes
CHI-KUNG			
KUNG-FU			
KUNG-FU INFANTIL I JUNIOR			-
IOGA / PILATES			
HATHA IOGA			
PILATES TERAPÈUTIC			
PILATES			-
YIN IOGA			
VINYASA IOGA			
MINDFULNESS ESTIRAMENTS I TONIFICACIÓ	60 € al mes		
PSICOMOTRICITAT SISTÈMICA		65 €	1 dia/setmana + 1 reunió seguiment/ anual + 1 taller pares i mares/ anual Primera visita 60 €
MANTENIMENT	10 € al mes		
MATRÍCULA	40 € 1 vegada		

Descomptes activitats

· 2 o més persones de la mateixa unitat familiar 5% dte.

TERÀPIES	1 SESSIÓ
QUIROMASSATGE MASSATGE ESPORTIU DRENATGE LIMFÀTIC	45 €
OSTEOPATIA	55 €
ACUPUNTURA	23 € Primera visita 50 €
CONSTEL·LACIONS FAMILIARS MOVIMENTS SISTÈMICS	60 €
ASTROLOGIA Carta astral	100 € Inclou 2 sessions
TERÀPIA ENERGÈTICA	50 €
DIETÈTICA I NUTRICIÓ	15 € Primera visita 40 €