



# AMUNAY

## CENTRE DE TERÀPIES NATURALS

*Comença a cuidar-te i agafa consciència del teu cos*

# HORARI D'ACTIVITATS

### ARTERÀPIA ADULTS

Divendres de 9.00 h a 10.00 h

### ARTERÀPIA NENS

Divendres de 17.30 h a 19.00 h

### CONNEXIÓ MARE - NEN

Divendres de 10.30 h a 11.30 h

### DANSA CREATIVA NENS

Dilluns de 17.30 h a 18.30 h

### DANSA FUSIÓ

Dilluns de 19.00 h a 22.00 h | Dimarts de 9.30 h a 11.00 h

### ESTIRAMENTS

Dimecres de 18.30 h a 19.30 h

### IOGA

Dimecres de 9.30 h a 11.00 h | Dijous de 10.30 h a 12.00 h i de 19.30 h a 20.30 h

### INTENSI

Dijous 20.30 h a 21.30 h

### MAMIFIT

Dimarts de 19.30 h a 20.30 h | Divendres de 15.30 h a 16.30 h

### MAMIFIT EMBARASSADES

Dimarts de 16.00 h a 17.00 h

### MAMIFIT MARES NADONS

Dilluns de 10.00 h a 11.00 h

### MEDITACIÓ ACTIVA

Dimecres de 20.00 h a 21.00 h | Divendres de 20.00 h a 21.00 h

### QI GONG TAI CHI

Dilluns de 11.30 h a 12.30 h i de 15.30 h a 16.30 h | Dimarts de 18.30 h a 19.30 h  
Dimecres de 11.30 h a 12.30 h i de 15.30 h a 16.30 h

### TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ

Dilluns de 9.00 h a 10.00 h | Dimarts de 15.00 h a 16.00 h

