

Programació setmanal de sessions en directe al Instagram de @cemhorta

2020-03-30

Programació setmana 30 març - 5 abril d'activitats en directe al perfil d'Instagram de @cemhorta



**ACTIVITATS EN DIRECTE AL
INSTAGRAM DE @CEMHORTA**

DILLUNS 30
10:35h **TOTAL TRAINING** amb @marcvineta
17:00h **PREGUNTA AL PSICÒLEG PEP MARÍ**
18:35h **IOGA** amb Arnau

DIJARTS 31
10:35h **GAC** amb @estefaniarau
18:35h **PILATES** amb @merygrande
20:00h **MINDFULNESS** amb @lakaverna_molins

DIMECRES 1
10:35h **CORE** amb @carlosdans
18:35h **ZUMBA** amb @soniaaapr

DIJOUS 2
10:35h **IOGA** amb Arnau
17:35h **BODY COMBAT** amb @marcvineta

DIVENDRES 3
10:35h **TONIFICACIÓ** amb @estefaniarau
18:35h **CARDIODANCE** amb @carlosdans
20:00h **MEDITACIÓ** amb @lakaverna_molins

DISSABTE 4
10:00h **BODY PUMP A DOS** amb @irenegima i @soniaaapr
18:00h **CUINA** amb @merygrande

DIUMENGE 5
11:30h **HIIT + DJ** amb @irenegima i @nuriascarp



Ajuntament
de Barcelona