

PROGRAMACIÓ SETMANAL DE SESSIONS EN DIRECTE AL INSTAGRAM DE @CEMHORTA

2020-04-26

Programació setmana 27 abril - 3 maig d'activitats en directe al perfil d'Instagram de @cemhorta

HORARI DIRECTES 					
HORARI	27/4 DILLUNS	28/4 DIMARTS	29/4 DIMECRES	30/4 DIJOUS	1/5 DIVENDRES
10:35	TOTAL TRAINING @marcvineta	GAC @irenegima	CORE @carlosedans	IOGA @arnaurogl	TONIFICACIÓ @estefanlarau
12:00			MAMIRIT EMBARASSADES MAMIRIT		
17:00	GESTIÓ EMOCIONAL Pep Mari		ACOMPANYAMENT EMOCIONAL ALS INFANTS Jordi Muñoz		
17:35				BODY COMBAT @marcvineta	
18:35	IOGA @arnaurogl	PILATES @merygrande	ZUMBA @irenegima		CARDIODANCE @carlosedans
HORARI	2/5 DISSABTE	3/5 DIUMENGE			
10:00	BODY PUMP @soniaaapr		 INSTAGRAM  ZOOM Per a inscriure's a les activitats de la plataforma ZOOM, enviar un correu a consultes@hortaesportiva.cat Enviarem l'enllaç i clau per a poder accedir.		
11:00	ZUMBA @estefanlarau				
12:00		ENTRENAMENT FUNCIONAL @soniaaapr			
18:00	CUINA @merygrande				