

SETMANA DE LA SALUT 2021



06 d'abril

10 a 11h
ENTRENAMENT FUNCIONAL.
NIVELL 1. EXTERIOR

11 a 12h
INICIA'T AL PÀDBOL.
EXTERIOR. DOMENY.

11.30 a 12h
ITINERARI SALUDABLE CURT.
CAMPUS BARRI VELL.
EXTERIOR

13 a 14h
WORKOUT BOXING.
EXTERIOR

15.30 a 16.30h
ITINERARI SALUDABLE LLARG.
CAMPUS BARRI VELL. EXTERIOR

07 d'abril

08 a 08.30h
ESTIRAMENTS EXPRESS. EN LÍNIA

08.30 a 09h
FIT EXPRESS. EN LÍNIA

09 a 09.30h
STRETCH PILATES. EN LÍNIA

10 a 11h
ENTRENAMENT FUNCIONAL.
NIVELL 2. EXTERIOR

11.30 a 12h
ITINERARI SALUDABLE CURT
CAMPUS SALUT. EXTERIOR

14 a 15h
WORKOUT BOXING. EXTERIOR

15 a 16h
IYOGA IYENGAR. INTERIOR

INICIA'T AL PÀDBOL. EXTERIOR.
DOMENY.

15.30 a 16.30h
ITINERARI SALUDABLE LLARG.
CAMPUS MONTILIVI. EXTERIOR

18 a 19h
VINYASA FLOW. EXTERIOR

19 a 20h
MÀSTERCLASS ZUMBA. EXTERIOR

08 d'abril

08.30 a 9h
PILATES EXPRESS. EN LÍNIA

09h a 09.30h
SLOW GYM EXPRESS. EN LÍNIA

10.30 a 11.30h
ENTRENAMENT FUNCIONAL.
NIVELL 1. EXTERIOR

12 a 12.30h
ITINERARI SALUDABLE CURT
CAMPUS MONTILIVI. EXTERIOR

12.30 a 13.30h
WORKOUT BOXING. EXTERIOR

14.30 a 15.30h
VINYASA FLOW. EXTERIOR

15.30 a 16.30h
MÀSTERCLASS ZUMBA. EXTERIOR

ITINERARI SALUDABLE LLARG.
CAMPUS MONTILIVI. EXTERIOR

17 a 18h
INICIA'T AL PÀDBOL. EXTERIOR.
DOMENY.

09 d'abril

10 a 11h
ENTRENAMENT FUNCIONAL. NIVELL 2.
EXTERIOR

11.30 a 12h
ITINERARI SALUDABLE CURT
CAMPUS MONTILIVI. EXTERIOR



Per a més informació i inscripcions:

<https://www.udg.edu/ca/esports/activitats/setmana-de-la-salut>