

SETMANA de la SALUT UdG 2026

	DILLUNS 23 març	DIMARTS 24 març	DIMECRES 25 març	DIJOUS 26 març	DIVENDRES 27 març	
08:00 - 08:30					Qi Gong BV	08:00 - 08:30
08:30 - 09:00						08:30 - 09:00
09:00 - 09:30					Caminada saludable	09:00 - 0930
09:30 - 10:00						09:30 - 10:00
10:00 - 10:30				Iniciació a la tècnica de BTT amb Txell Figueres		10:00 - 10:30
10:30 - 11:00						10:30 - 11:00
11:00 - 11:30						11:00 - 11:30
11:30 - 12:00						11:30 - 12:00
12:00 - 12:30				Treball de força		12:00 - 12:30
12:30 - 13:00				Consciència corporal		12:30 - 13:00
13:00 - 13:30	Fit ioga BV	13:00 - 13:30				
13:30 - 14:00	13:30 - 14:00					
14:00 - 14:30	Pilates	Pickleball 14-15,30 h	14:00 - 14:30			
14:30 - 15:00		Fit ioga BV	14:30 - 15:00			
15:00 - 15:30	Hipopressius		Pilates		15:00 - 15:30	
15:30 - 16:00			Pilates		15:30 - 16:00	
16:00 - 16:30	Fit ioga		Qi Gong		16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00			Pickleball		16:30 - 17:00	
17:00 - 17:30	Biodansa				Ultimate Frisbee	17:00 - 17:30
17:30 - 18:00		Ultimate Frisbee	17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30	Futbol Gaèlic				18:00 - 18:30	
18:30 - 19:00					18:30 - 19:00	
19:00 - 19:30						19:00 - 19:30
19:30 - 20:00						19:30 - 20:00
20:00 - 20:30		20:00 - 20:30				
20:30 - 21:00		20:30 - 21:00				
	DILLUNS 23 març	DIMARTS 24 març	DIMECRES 25 març	DIJOUS 26 març	DIVENDRES 27 març	