

Informació i inscripcions

Associació Esport i Salut:



A partir de l'1 de Setembre

Preu inscripció temporada:



De dilluns a divendres,
de 10 a 13 h i de 17 a 19 h

- 2 dies a la setmana: 17,90€
- 3 dies a la setmana: 26,70€



Tel. 933 867 608

Documentació que cal portar:



PAVELLÓ NOU
Mn. Jacint Verdaguer, 22

- Dades bancàries
- DNI



Hi col·labora:



Diputació
Barcelona

Àrea d'Educació,
Esports i Joventut



Ajuntament
de Santa Coloma
de Gramenet



A Santa Coloma,
l'esport és vida!

Activitats físiques per a la gent gran



ACTIVITATS ADREÇADES A PERSONES MAJORS DE 60 ANYS

Temporada 2023 - 2024
Inici de curs: 18 de Setembre

Departament d'Esports de Santa Coloma de Gramenet:

Plaça de Joan Manent, s/n - Tel. 934 624 086
www.esportsgramenet.cat - esports@gramenet.cat

Activitats físiques per a la gent gran


Temporada 2023 - 2024
Inici de curs: 18 de Setembre



On es fan les activitats:

- Pavelló Nou: Mn. Jacint Verdaguer, 22
- Poliesportiu del Raval: Ginesta, s/n
- Poliesportiu de la Bastida: Prat de la Riba, s/n
- Poliesportiu Juan del Moral: Washington/ Colón
- C.C. del Llatí: Nàpols, 41
- C.C. Fondo: Wagner, 19
- C.C. Can Franquesa: Menorca s/n
- Esc Primavera: Av. Primavera, 41-45
- Casal Mun. Oliveres: Pep Ventura, 1

GRUPS NOUS

CODI GRUP	DIES	HORES	INSTAL·LACIÓ	ACTIVITAT
PILATES	DM - DJ	10.45 - 11.45	Pol. Nou	PILATES 
PNV2	DV	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
RAV2	DM - DJ	9.15 - 10.15	Pav. El Raval	GIMNÀSTICA
RAV3	DL - DX	9.15 - 10.15	Pav. El Raval	GIMNÀSTICA

CODI GRUP	DIES	HORES	INSTAL·LACIÓ	ACTIVITAT
PN1	DL - DX	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN2	DL - DX	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN3	DM - DJ	10.15 - 11.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN4	DM - DJ	10.15 - 11.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN5	DM - DJ	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN6	DL - DX	11.00 - 12.00	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN7	DL - DX	16.00 - 17.00	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN8	DL - DX	10.15 - 11.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN9	DM - DJ	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN10	DM - DJ	15.15 - 16.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN11	DM - DJ	9.15 - 10.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN12	DL - DX	9.15 - 10.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN14	DM - DJ	10.15 - 11.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PN15	DM - DJ	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
PNV	DV	11.15 - 12.15	Pol. Nou	GIMNÀSTICA
CHI KUNG	DM - DJ	9.15 - 10.15	Pol. Nou	CHI KUNG
IOGA 1	DL - DX	9.30 - 10.30	Pol. Nou	IOGA
IOGA 2	DL - DX	10.30 - 11.30	Pol. Nou	IOGA
IOGA 3	DL - DM	11.15 - 12.15	Pol. Nou	IOGA
MRX	DM	16.00 - 18.00	AESC (Pol. Nou)	MARXA NÓRDICA
JDM1	DL - DX	10.30 - 11.30	Pav. Juan del Moral	GIMNÀSTICA
JDM2	DL - DX	11.30 - 12.30	Pav. Juan del Moral	GIMNÀSTICA
JDMV	DV	11.00 - 12.00	Pav. Juan del Moral	GIMNÀSTICA
RAV	DM - DJ	10.15 - 11.15	Pav. El Raval	GIMNÀSTICA
BALLS LÍNIA 1	DL - DX	11.00 - 12.00	Pav. El Raval	BALLS LÍNIA
BALLS LÍNIA 2	DL - DX	10.00 - 11.00	Pav. El Raval	BALLS LÍNIA
BALLS LÍNIA 3	DM - DJ	10.30 - 11.30	Pav. El Raval	BALLS LÍNIA
BALLS LÍNIA 4	DM - DJ	11.00 - 12.00	Pav. Raval	BALLS LÍNIA
BAST 1	DL - DX	9.30 - 10.30	Pav. La Bastida	GIMNÀSTICA
BAST 2	DL - DX	10.30 - 11.30	Pav. La Bastida	GIMNÀSTICA
BAST 3	DL - DX	9.15 - 10.15	Pav. La Bastida	GIMNÀSTICA
LBV	DV	9.45 - 10.45	Pav. La Bastida	GIMNÀSTICA
OLI	DM - DJ	11.30 - 12.30	Casal Barri Oliveres	GIMNÀSTICA
LAT	DM - DJ	16.00 - 17.00	Casal Barri Llatí	GIMNÀSTICA
FON	DL - DX	16.00 - 17.00	Casal Barri Fondo	GIMNÀSTICA
FRA	DL - DX	17.30 - 18.30	C.C. Can Franquesa	GIMNÀSTICA
PRIM	DM - DJ	18.00 - 19.00	Escola Primavera	GIMNÀSTICA