

AGENDA GENT GRAN ACTIVA

Quart trimestre, Moià 2018

Activa't!

No et perdis les noves activitats de l'últim trimestre de l'any. Trobaràs tallers de memòria i tallers nadalencs per mantenir-te actiu, ple d'energia, exercitar la ment i seguir mantenint la qualitat en la teva salut.

D'altra banda, amb col·laboració amb el CAP de Moià, cada dilluns al matí ens trobem per fer un itinerari a peu, conscients dels beneficis saludables que l'activitat física ens proporciona. El CAP ens ofereix un consell saludable abans de l'activitat.

Ens acompanyes?



Ajuntament de Moià



Diputació
Barcelona

ENTITATS

L'ESPLAI

93 830 02 03
Pl. Pere Francesc Sagrera s/n
esplaimoi@gmail.com

BIBLIOTECA MUNICIPAL 1 D'OCTUBRE.

93 830 06 74
C/ Sant Josep, 12
b.moia@diba.cat

CERCLE ARTÍSTIC DEL MOIANÈS

609 48 53 86
C/ Joies, 11 - 13
cercleartisticdelmoianes@gmail.com

CULTURA DE LA DONA

645 61 27 87
C/ Joies, 11-13
culturadeladonamoia@gmail.com

BANC DEL TEMPS

627 49 94 52
C/ Joies, 11-13
bdtmoianes@inventati.org

ACTIVITATS DESTACADES

CAMINADES SALUDABLES

Dilluns de 9:30 a 11:30

De setembre de 2018 a Novembre de 2018

Cost: Gratuït - Lloc: Sortida CAP - Entitat: Ajuntament de Moià.

TALLER NADALENC - Guarnim el poble per Nadal!

Inici: 6 de Novembre | Dimarts de 16h a 18h

Cost: Gratuït - Lloc: Can Carner - Entitat: Ajuntament de Moià.

TALLER DE MEMÒRIA

Inici: 9 d'octubre | Dimarts de 10:30h a 12h

Cost: Gratuït - Lloc: Can Carner - Entitat: Ajuntament de Moià.

ART I CULTURA

CLUB DE LECTURA

Últim dilluns del mes de 20:00h a 21:00h
Setembre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

CLUB LECTURA TEATRE

Últim dilluns cada dos mesos de 20:00h a 21:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

PILATES

Dimarts de 17:00h a 18:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

PILATES CADIRA

Divendres de 17:00h a 18:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

DIBUIX

Dimecres de 17:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

DIBUIX

Dimarts de 18:00h a 19:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: Can Carner
Entitat: Cercle artístic

ENQUADERNACIÓ

Divendres de 16:30h a 18:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

SALUT

TAI-TXI

Divendres de 16:00h a 17:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

TXI KUNG

Dimecres de 18:30 a 19:30
Cost: a determinar
Lloc: Can Carner
Entitat: Cultura de la dona.

IOGA

Dilluns de 09:30h a 11:00h i
Dimecres de 20:00h a 21:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Lloc: Can Carner
Entitat: Cultura de la dona

FER MITJA

Dilluns i dimecres de 16:00h a 18:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

PARXÍS

Divendres de 17:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

PARCHWORK

Divendres de 17:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

IOGA

Dimarts de 11:00 a 12:00h i
Divendres de 11:00 a 12:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

PINTURA

Divendres de 10:30h a 12:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

PUNTES DE COIXÍ

Dijous de 15:00h a 17:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

ALEMANY CONVERSA

Dilluns de 15:30h a 16:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

ANGLÈS

Dimarts de 16:30h a 18:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

IDIOMES

CAMINADES SALUDABLES

Dilluns de 09:30h a 11:30h
Setembre 2018 a Novembre 2018
Cost: Gratuït
Lloc: Sortida CAP
Entitat: Ajuntament de Moia

COUNTRY

Dimarts de 19:00h a 20:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

ANGLÈS CONVERSA

Dimarts de 15:30h a 16:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

CATALÀ

Dilluns de 17:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

RUS

Dilluns de 15:30h a 16:30h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Biblioteca
Entitat: Biblioteca

SALUT

GIMNÀSTICA

Dilluns de 18:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

GIMNÀSTICA CEREBRAL

Dimecres de 18:00h a 19:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Quota Soci
Lloc: L'Esplai
Entitat: L'Esplai

MEMÒRIA

Dijous de 10:30h a 12:00h
Octubre 2018 a Novembre 2018
Cost: Gratuït
Lloc: Can Carner
Entitat: L'Ajuntament

INTERCANVI LINGÜÍSTIC

Dimecres de 19:00h a 21:00h
Octubre 2018 a Juny 2019
Cost: Gratuït
Lloc: Can Carner
Entitat: Banc del Temps

Les activitats esporàdiques es poden consultar a la cartellera del CASAL.
Per realitzar les activitats de "L'Esplai" cal ser soci de l'entitat.

