

FOMENT MATARONÍ

CURSOS, TEMPORADA 2018

L'ENTITAT



Per a tots aquest que encara no coneixeu el Foment, dir-vos que és una associació sense afany de lucre. Des de fa més de 100 anys es dedica al lleure i la cultura per als ciutadans de Mataró i comarca.

Som un centenar de socis que col·laboren amb una petita quota anual de només 22,00€ per ajudar al manteniment de l'entitat.

No serem l'entitat més actual, reformada, moderna... però treballam cada dia i molt per obrir les portes a tothom i oferir una agenda farcida d'activitats culturals durant tot l'any.

Sí vols col·laborar amb l'entitat, fes-te'n SOCI.

Associació Foment Mataroní

ACTIVITATS FÍSiques

L'esport no té edat i la salut tampoc, amb bons hàbits ens poden mantenir sans, actius i plens de vida per a gaudir-ne. "Només existeixen dos dies a l'any on no es pot fer res. Un és ahir i l'altre demà, per tant avui és el dia ideal per estimar-te, cuidar-te i viure. Dalai Lama"

GIMNÀS ACTIU

- Matins de 10 a 11 (dll. dx. i dv.)
- Tardes de 5 a 6 (dll. dx.)
- Vespre de 7 a 8 (dll. dx.)

PILATES

- Dilluns i dimecres de 2/4 de 7 a 2/4 de 8 de la tarda
- Dimarts i dijous de 2/4 de 7 a 2/4 de 8 de la tarda
- Dimarts i dijous de 2/4 de 8 a 2/4 de 9 del vespre

IOGA

- Dilluns i dimecres de 8 a 9 del vespre

Preus: 38,00 euros al més, pagament per trimestres anticipats.
Consulteu l'opció d'un dia a la setmana.



TIME FOR YOU

TEMPS PER TU

AMB RITME



El ball o la dansa és una de les formes més complertes de fer exercici físic, de memòria, d'equilibri i de riure.

Deixa't dur per la música, com les fulles pel vent....

BALL EN LÍNEA 30/MES

- Dilluns de 1/4 de 9 a 1/4 de 10 del vespre

AFRODANSA 30/MES

- Dimarts a les 6 de la tarda (a partir d'abril canvia d'horari i començarà a 2/4 de 8 de la tarda)



ACTUALITZAR-SE

La vida professional o personal canvia i volem adaptar-nos

TALLER PER PARLAR EN PÚBLIC 75/CURS

- Dimecres a 2/4 de 8 del vespre.



ANGLÈS TURÍSTIC 38,00/MES

- Dilluns a 2/4 de 8 de la tarda. (nivell avançat)
- Dimecres a 2/4 de 8 de la tarda. (nivell inicial)

ESCRITURA TERAPÈUTICA 40,00/MES

- Dimecres a les 7 de la tarda per 40,00 euros al mes



NUMEROLOGIA 80,00/ CURS

- Dilluns a les 7 de la tarda

AUTOMASSATGE KOBIDO 40,00 /MES

- Dimecres a les 2/4 de 8 del vespre
- "the japanese skincare revolution"