

## Cursos d'ACTIVITAT FÍSICA per a GENT GRAN

Curs trimestral amb data d'inici 7 de setembre de 2026 i finalització el 6 de juny de 2027.

- Adreçat a persones a partir de 60 anys on l'objectiu és retardar el procés d'envelliment, afavorir un millor benestar i alleujar les possibles molèsties.
- L'abonament del preu del curs amb periodicitat trimestral s'efectua en tres pagaments: setembre, desembre i març, d'acord als preus públics vigents en el moment del pagament.

FRANCESC CALVET			
Codi	Dies	Hora	Preu
FAFGG-A	Dilluns i dimecres	10.15 a 11.15 h	30,50 € /trimestral

## Gimnàstica TERAPÈUTICA per a ADULTS

Curs trimestral amb data d'inici 1 d'octubre de 2026 i finalització el 30 de juny de 2027.

- Destinat a millorar l'estat físic de les persones que tenen les següents patologies: artrosi, problemes d'esquena i columna, malalties reumàtiques o alteracions circulatòries. Aquesta activitat tindrà una bonificació del 50% per a abonats i targeta rosa del transport gratuïta "G".
- L'abonament del preu del curs amb periodicitat trimestral s'efectua en tres pagaments: octubre, gener i abril, d'acord als preus públics vigents en el moment del pagament.

FRANCESC CALVET	Codi	Dia/ dies	Hora	Preu	
	<b>MATÍ</b>				2 sessions setmanals  Curs trimestral  <b>84,10 €</b>
	FGTA-A	Dilluns i dimecres	08.30 a 09.30 h		
	FGTA-B	Dilluns i dimecres	09.30 a 10.30 h		
	FGTA-C	Dilluns i dimecres	10.30 a 11.30 h		
	FGTA-D	Dimarts i dijous	09.30 a 10.30 h		
	<b>TARDA</b>				
	FGTA-E	Dimarts i dijous	17.30 a 18.30 h		
	FGTA-F	Dimarts i dijous	18.30 a 19.30 h		
	FGTA-G	Dilluns i dimecres	18.30 a 19.30 h		
FGTA-H	Dilluns i dimecres	19.30 a 20.30 h			

## NEURO Gimnàstica TERAPÈUTICA per a ADULTS

Curs trimestral amb data d'inici 7 de setembre de 2026 i finalització el 6 de juny de 2027.

Destinat a millorar la mobilitat de les persones amb malalties neurològiques: ictus, parkinson, esclerosi, lesions medul-lars, etc. Cal tenir certa autonomia per desplaçar-se (estar de peu i caminar). **Serà necessari una valoració per part de la nostra fisioterapeuta.**

- L'abonament del preu del curs amb periodicitat trimestral s'efectua en tres pagaments: setembre, desembre i març, d'acord als preus públics vigents en el moment del pagament.

FRANCESC CALVET			
Codi	Dies	Hora	Preu
FCNGTA-1	Dijous	08.30 a 09.30 h	52,70 € /trimestral

Francesc Calvet: 93.477.27.09 / Salvador Gimeno 93.477.68.20

Podeu consultar el calendari anual a la web:

[www.despiesport.cat](http://www.despiesport.cat)