

# Preparació per al naixement

Activitat dirigida a la dona gestant i a la seva parella

Inici: 28 setmanes de gestació (grups oberts)



| Nom de l'activitat | Dia      | Hora                 | Lloc                                                                                |
|--------------------|----------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Teoria i col·loqui | Dilluns  | De 10 h a 11:30 h    | <b>CAP Les Borges Blanques:</b><br>Raval del Carme, 147, 25400, Les Borges Blanques |
| Esfero/Pilates     | Dilluns  | De 18 a 19 h         |                                                                                     |
| Teoria i col·loqui | Dimarts  | De 19 a 20 h         | <b>CAP Mollerussa:</b><br>Carretera de Miralcamp, 5, 25230, Mollerussa              |
| Esfero/Pilates     | Dimecres | De 18 a 19 h         |                                                                                     |
| Teoria i col·loqui | Dimecres | De 19 a 20 h         | <b>CAP Balaguer:</b><br>Carrer Àngel Guimerà, 22, 25600, Balaguer                   |
| Esfero/Pilates     | Dijous   | De 9.30 h a 10: 30 h |                                                                                     |
| Teoria i col·loqui | Dijous   | De 10:30 h a 11:30 h | <b>CAP Tàrraga:</b><br>Carrer Salvador Espriu, s/n, 25300, Tàrraga                  |
| Esfero/Pilates     | Dijous   | De 16 h a 17 h       |                                                                                     |
| Teoria i col·loqui | Dijous   | De 17 h a 18 h       | <b>CAP Cervera:</b><br>Av. Duran i Sanpere, 45, 25200, Cervera                      |