

# xaletnegre:

## Coneixement

### *Conversations in english\**

Professora: Linda Charlesworth  
Del 13 de gener al 23 de març  
CON01 · Elementary / Pre-intermediate  
Dilluns, de 17 a 18 h  
Preu: 47 € · 10 sessions

CON02 · Intermediate  
Dilluns, de 18 a 19.30 h

CON03 · Upper intermediate / advanced  
Dilluns, de 19.30 a 21 h  
Preu: 70 € · 10 sessions

### *Tertúlia en francès*

Professora: Catherine Gascó  
El 16 de gener, el 20 de febrer i el 19 de març  
CON04 · Dijous, de 18.30 a 20 h  
Preu: 23 € · 3 sessions

### *L'Odissea en italià (Linguarte)*

Professora: Gisella Tiberio  
Del 14 de gener al 24 de març  
CON05 · Dimarts, d'11 a 13 h  
Preu: 85 € · 10 sessions

## Benestar i creixement personal

### *Meditació*

Professora: Núria Rodríguez  
Del 16 de gener al 19 de març  
CRE01 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h  
Preu: 50 € · 10 sessions

### *Ioga\**

Professora: Núria Rodríguez  
Del 15 de gener al 18 de març  
CRE02 · Grup A  
Dimecres, de 20.45 a 22 h  
Del 16 de gener al 19 de març  
CRE03 · Grup B  
Dijous, de 20.45 a 22 h  
Preu: 63 € · 10 sessions

### *Tai Txi i Txi Kung\**

Professora: Maite Fruitós  
Del 16 de gener al 19 de març  
CRE04 · Iniciació 2  
Dijous, de 9 a 10 h  
CRE05 · Avançat  
Dijous, de 10 a 11 h

Professora: Marta Fernández  
Del 13 de gener al 23 de març  
CRE06 · Grup tarda  
Dilluns, de 19 a 20 h  
Preu: 65 € · 10 sessions

### *Mindfulness*

Professora: Anna Coderch  
Del 13 de gener al 23 de març  
CRE07 · Grup matí  
Dilluns, de 9.30 a 11 h  
Preu: 75 € · 10 sessions

Del 16 de gener al 19 de març  
CRE08 · Introducció  
Dijous, de 19 a 20 h  
CRE09 · Manteniment  
Dijous, de 20 a 21 h  
Preu: 50 € · 10 sessions

### *Cuidem l'esquena\**

Amb la col·laboració de CAVIS  
Del 16 de gener al 19 de març  
CRE10 · Dijous, d'11.15 a 12.15 h  
Preu: 50 € · 10 sessions

## Expressió

### *Lindy Hop (ball swing)\**

Professors: Aina Vidal i Lluís Calvera  
Del 13 de gener al 23 de març  
EXP01 · Nivell 2 grup A  
Dilluns, de 19.30 a 20.30 h  
EXP02 · Nivell 2 grup B  
Dilluns, de 20.30 a 21.30 h

Professors: Anna Bustins i Javi Leal  
Del 17 de gener al 20 de març  
EXP03 · Iniciació  
Divendres, de 18 a 19 h  
EXP04 · Nivell 2 grup C  
Divendres, de 20 a 21 h  
Preu: 60 € · 10 sessions

### *Jazz steps. Nivell 2\**

Professor: Javi Leal  
Del 17 de gener al 20 de març  
EXP05 · Divendres, de 19 a 20 h  
Preu: 45 € · 10 sessions

### *Teatre! Sortim de la zona de confort*

Professor: Francesc Abril  
Del 13 de gener al 23 de març  
EXP06 · Dilluns, de 20.15 a 21.45 h  
Preu: 75 € · 10 sessions

### *Salsa cubana\**

Professor: Raimond Lahera  
Del 15 de gener al 18 de març  
EXP07 · Avançat  
Dimecres, de 19 a 20 h  
EXP08 · Intermedi  
Dimecres, de 20 a 21 h  
EXP09 · Nivell 2  
Dimecres, de 21 a 22 h  
Preu: 55 € · 10 sessions