



El Berguedà  
terra de futurs

# dones actives

5a edició | 2020-2021

autoconeixement *cohesió* CULTURES  
xarxa femenina *empoderament*

Activitats dirigides per a dones | places limitades

passejades | zumba | ioga

---

#### MÉS INFORMACIÓ

Servei d'informació i atenció a les dones del Berguedà (C/ Barcelona, 49 - Berga)

Tel: 93 821 35 53

e-correu: siad@ccbergueda.cat

---

Organitza:



Ajuntament  
de Berga

Col·labora:



Consell Comarcal  
Berguedà



Diputació  
Barcelona

# dones actives

5a edició | 2020-2021

## zumba

DILLUNS | 9.30h A 10.20h | EL TOSSALET

OCTUBRE: 19-26

NOVEMBRE: 2-9-16-23-30

DESEMBRE: 7-14

GENER: 11/18/25

FEBRER: 1-8-15-22

MARÇ: 1-8-15-22-29

ABRIL: 3-10-17-24

MAIG: 3-10-17-24

JUNY: 14

## ioga

DIJOUS | 10.50h A 11.50h | EL TOSSALET

OCTUBRE: 22-29

NOVEMBRE: 5-12-19-26

DESEMBRE: 3-10-17

GENER: 14-21-28

FEBRER: 4-11-18-25

MARÇ: 4-11-18-25

ABRIL: 8-15-22-29

MAIG: 6-13-20-27

JUNY: 10-17

## passejades

DIMECRES | 10h A 12h | PÀRQUING DE LA FONT DEL ROS

OCTUBRE: 21

NOVEMBRE: 4-18

DESEMBRE: 2-16

GENER: 27

FEBRER: 24

MARÇ: 24

ABRIL: 7-21

MAIG: 5-19

JUNY: 9-16