

Coral Polifónica de Llanera

Red adscrita  OBSA 

Temas

Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

Los horarios son los lunes y jueves de 8 de la tarde a las 10 de la noche, los ensayos los desarrollamos en La Casa de Cultura de Posada de Llanera, en dichos ensayos estimulamos varias partes del cuerpo durante un tiempo para poder ponernos a cantar, la actividad es muy efectiva contra el estrés y la depresión porque cantar aumenta los niveles de cortisol y de oxitocina, hormonas que ayudan a reforzar la autoconfianza y el nivel de bienestar personal, es muy importante el tema de la respiración porque es fundamental para poder cantar, hay muchísimos más beneficios dentro del canto coral.

Población

Población General - Cualquiera (niños y niñas a partir de 8 años)

Persona de contacto

Ana Isabel Fernández Vega; José Antonio Carracedo (607314390/ 669976834) (coral.llanera@gmail.com)

Fecha de última actualización de la actividad

17/06/2022

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Avenida Prudencio González Carretera San Cucao 10 33424 Posada De Llanera Llanera Asturias Asturias España

