

"MEDITACIÓ dc 14.15h"

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

"Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web). La classe estarà dividida en la primera part de preparació física del cos per alliberar tensions i en una segona part per a meditar a través de la tècnica de Pranayamas (tècniques de respiració de ioga). No es requereix experiència prèvia en meditació, ni coneixements específics. Cal dur roba còmoda i mitjons."

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

"Centre Cívica Josep M. Trias i Peitx - Riera Blanca" ("93 448 04 99") (ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

"Centre Cívica Josep M. Trias i Peitx - Riera Blanca"

Fecha de última actualización de la actividad

01/04/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Riera "Riera Blanca" 1-3 08028 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 07/06/2022 a 31/12/2022

Página web del proyecto

<https://inscripciones.ccrierablanca.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=45&a=6078>