

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física.

Descripción

Higiene postural i prevenció de lesions

Dimarts i Dijous de 19:00 a 20.00

Preu: 20 euros al mes

Población

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

Persona de contacto

tania@ajuntamentalfarras.cat (973760007) (tania@ajuntamentalfarras.cat)

Fecha de última actualización de la actividad

27/03/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Avenida Catalunya 16 25120 Alfarras Alfarràs Lleida Catalunya España



Imagen de la Actividad



CONSELL ESPORTIU DEL SEGRIÀ

Gimnàstica Terapèutica

(millora la teva salut i qualitat de vida)

MATÍ

DIMARTS i DIJOUS

DE 9:00 A 10:00 i DE 10:00 A 11:00

PREU: 16 € al mes



INIC
Fl

Pilates

(WELLNESS – exercici físic - cos & ment)

TARDA

DILLUNS i DIMECRES

DE 19:00 A 20:00

NIT

DILLUNS i DIMECRES

DE 20:00 A 21:00

PREU: 16 € al mes

Esquena Sana

(Higiene postural i prevenció de lesions)

NIT

DIMARTS i DIJOUS

DE 19:00 A 20:00

PREU: 20 € al mes



Camina

(en col
d



