

3X1: ESPALDA SANA, YOGA Y ESTIRAMIENTOS

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Actividad cuyo objetivo persigue el bienestar físico y espiritual a través de buenos hábitos posturales, estiramientos y la práctica de la disciplina ancestral del yoga

Lunes y Miércoles de 11 a 12 de la mañana

precio: 27 euros por año

Periodo impartido de Febrero a Diciembre del 2024

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

Persona de contacto

maria carmen zapata cardiel (640201701 976820883) (czapata@aragon.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

IASS

Fecha de última actualización de la actividad

04/01/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Avenida San Babil S/N 50250 Illueca Gimnasio municipal Illueca Zaragoza Aragón España

