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 fisico y espiritual a través de buenos habitos posturales, estiramientos y la practica de la disciplina ancestral del yoga

Lunes y Miercoles 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

06/02/2025

Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

Gratuita

No

Localización

