

PEM GUIERA. VINYASA IOGA

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

Sessió dirigida a desenvolupar el to muscular, la flexibilitat, la coordinació i la concentració mitjançant postures de ioga encadenades sincronitzades amb la respiració Sessió de 55 minuts

Dilluns de 14:30 a 15:25

Dimarts de 10:30 a 11:25

Dijous de 10:30 a 11:25

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Personal d'atenció al client (935863636) (pemguiera@lloggestio.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

PEM Guiera

Fecha de última actualización de la actividad

22/03/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Localización

Avenida Guiera 6-8 08290 Cerdanyola del Vallès Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<https://guiera.cerdanyola.cat/>

<https://www.facebook.com/guiera>