

GINNÀSTICA DE MANTENIMENT HORARI 1

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Treball corporal a partir de la globalitat, adaptat a les possibilitats i característiques dels usuaris i les usuàries. S'hi realitzaran exercicis de mobilitat articular, fent reforçament muscular, respiració i relaxació entre els més destacats. A càrrec de Laura Martínez. Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web).

Población

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

Persona de contacto

Centre Cívic Sarrià (93 256 27 20) (ccsarria@qsl.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic Sarrià

Fecha de última actualización de la actividad

23/04/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Eduardo Conde 22-42 08034 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 03/04/2024 a 12/06/2024

Página web del proyecto

<https://sarria.inscripcionscc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=36&a=2928>