

Red adscrita CAT

Temas

Juventud, Escuela de salud, Actividad física.

Descripción

Rutines que combinen ritmes ràpids i lents amb exercicis de resistència i tonificació. Treballarem principalment glutis, cames, braços i abdominals.*Impartit per Alocubano**IMPORTANT:** no es recomana a persones que tinguin o hagin tingut lesions a l'esquena o a les articulacions (genolls, turmells, etc.). 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 Sant Martí (93 256 57 60) (informacio@ccsantmarti.net)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic Sant Martí

Fecha de última actualización de la actividad

23/04/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Selva de Mar 215 08020 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 11/04/2024 a 13/06/2024

Página web del proyecto

<https://santmarti.inscripcionscc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=17&a=2000>