

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas, Salud sexual y reproductiva.

---

## Descripción

Dilluns d'11:45 a 12.45 h. Del 8 d'abril al 17 de juny Preu: 54,57 (10 hores) Respiració i exercicis suaus per treballar la musculatura de l'abdomen, el sòl pelvià i l'esquena. Ideal per recuperar el to muscular postpart, per incontinència urinària o per mals d'esquena. Amb Miquel Antolín, entrenador. Cal ser o fer-se usuari/a de la casa per tal de realitzar l'inscripció. La Casa Orlandai és un centre cultural de gestió comunitària que fomenta l'art i la creativitat, la convivència basada en el diàleg i el respecte i la transformació social per a la construcció d'una societat més justa. La cultura és la seva eina i l'objectiu és fer de Sarrià un barri més crític i cívic. L'Associació Cultural Casa Orlandai (ACCO) la formem persones, entitats i col·lectius vinculats al barri i som els encarregats de gestionar l'equipament Casa Orlandai. Per al funcionament del projecte és indispensable la participació ciutadana, que es oberta a totes les persones que desitgin formar-ne part.

---

## Población

Población General - Cualquiera ()

---

## Persona de contacto

Centre Cultural Casa Orlandai (932524262) (recepcio@casaorlandai.cat)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cultural Casa Orlandai

---

## Fecha de última actualización de la actividad

10/07/2024

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

No

---

## Localización

Calle Jaume Piquet 23 08017 Barcelona Barcelona Cataluña España

