

Danza del vientre

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Actividad física.

Descripción

La danza del vientre aporta grandes beneficios físicos y psicológicos a las mujeres que lo practican. Se trabajan movimientos que movilizan todos los músculos del abdomen y zona pélvica, además de órganos internos. Mejora además la autoestima y favorece la adquisición de relaciones sociales puesto que es una actividad que se practica en grupo. Otro de los beneficios a destacar es la reducción del estrés y la ansiedad.

Miércoles de 10:30 a 12:00. Actividad de pago: 15 €/mes.

Población

Población General - Mujeres (Mujeres de cualquier edad)

Persona de contacto

Sonia Peco (976498904) (mujer@ftranvia.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Fundación el Tranvía

Fecha de última actualización de la actividad

02/01/2021

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Calle Fray Luis Urbano 11, casa 23 50002 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

<http://www.ftranvia.org>