

Red adscrita CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Una classe de tai-txi dirigida és una sessió guiada per un instructor que marca els moviments i seqüències. Els participants practiquen postures lentes i suaus, coordinant respiració i equilibri, mentre milloren concentració, relaxació i tècnica.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Montse Góngora (938 466 506) (educacio@lesfranqueses.cat)

Fecha de última actualización de la actividad

08/04/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Avenida SAGRERA 1 08520 Franqueses del Vallès, Les Barcelona Cataluña España

Avenida Sagrera 1 08520 Franqueses del Vallès, Les Barcelona Cataluña España

