

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

Les classes de ioga ajuden al benestar físic, mental i emocional alhora que milloren la flexibilitat, la força, la concentració i la gestió de l'estrès.

Horaris: Dilluns de 19:00 a 20:00 i/o dimecres de 20:15 a 21:15

Lloc: Centre Cívic de Navata

Preu: 1 sessió setmanal 20€

2 sessions setmanals 30€

Población

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

Persona de contacto

Sílvia Gómez Marcó (972565004) (ajuntament@navata.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament de Navata

Fecha de última actualización de la actividad

08/04/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle de la Creu 13 17744 Navata Navata Girona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 01/10/2025 a 27/05/2026

Página web del proyecto

<http://www.navata.cat>