

Red adscrita CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Els objectius principals són:

Millorar la flexibilitat i l'equilibri, reduir l'estrès i l'ansietat , enfortir el cos, augmentar la concentració.

Els moviments del taitxí són lents, controlats i seqüenciats de manera que poden ser practicats a qualsevol edat i amb diversos nivells de condició física.

Les sessions són d'una hora de durada:

Divendres de 16 a 17 hores

Población

Población General - Cualquiera (Activitat per tothom)

Persona de contacto

Consergeria (938795377) (cc.granollersfontverda@gencat.cat)

Fecha de última actualización de la actividad

03/07/2026

Situación actual de la actividad

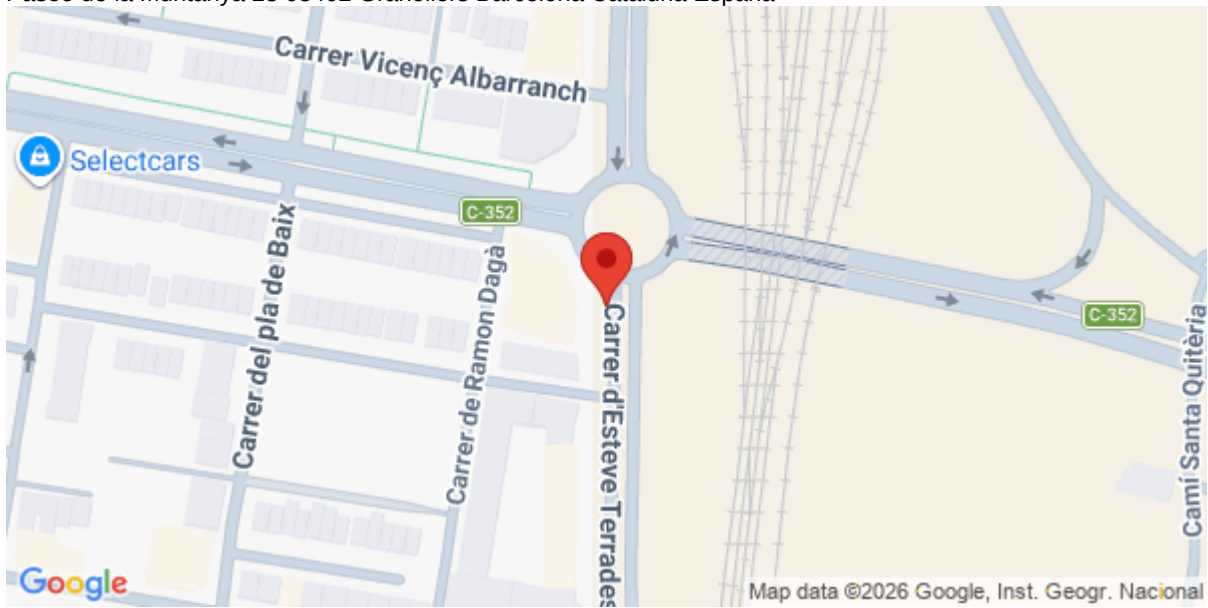
Activa

Gratuita

Sí

Localización

Paseo de la Muntanya 23 08402 Granollers Barcelona Catalunya España



Página web del proyecto

<https://pgec.gencat.cat/inici>