

Ioga esquena sana (2Q 23-24)



Amb les classes de ioga terapèutic guanyaràs consciència corporal plena aprenent a deixar anar les tensions a través d'una respiració fluida, acompanyada del moviment i les àssanes (postures) i afavoriràs la sanació del cos.

Dimarts, del 13 de febrer al 28 de maig de 2024, de 18.30 a 19.30 h

A càrrec de Marta Gutiérrez

*** Un cop iniciada l'activitat el 12 de febrer de 2024, no es retornaran els diners de la inscripció**

**** Curs anual subjecte a disponibilitat de places**

Organitza:

AV Tres Torres

Lloc:
Centre Cívic Jaume Oller

Horari:

18.30 a 19.30 h

Preu:

Preu: 77 € (72 € socis de l'AV Tres Torres) (15 sessions)

Image not found or type unknown



[Formulari d'inscripció](#) ^[1]

Classificació:

Salut i benestar

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen: https://www.granollers.cat/cursos_centres_civics/ioga-esquena-sana-1q-23-24

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/centrescivics_inscripcions [2] <https://civic.enginydigital.cat/granollers/>