

Meditació i relaxació (2Q 23-24)



Espai dedicat al silenci intern i la quietud mental. Diferents tipus de meditació a través de la respiració i el moviment per tenir consciència de la presència.

Dilluns, del 12 de febrer al 27 de maig de 2024, de 19.45 a 20.45 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:

19.45 a 20.45 h

Preu:

Preu: 77 € (72 € socis de l'AV Tres Torres) (14 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/meditaci%C3%B3-i-relaxaci%C3%B3-1q-23-24

Enllaços

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