

Microgimnàstica Matí (2n Q 23-24)



Desperta i escolta el cos per aconseguir una musculatura més flexible, reduir la tensió i minimitzar el dolor a través d'una sèrie d'estiraments i petits exercicis. Un cos distès i en forma ens ajuda a relaxar la ment i ens aporta equilibri i benestar. Activitat apta per a qualsevol edat i condició física.

Matí: divendres del 16 de febrer al 31 de maig de 2024, de 9.45 a 10.45 h

Preu: 27,50 €* (21,50 €* els socis de l'AV Hostal) (11 sessions)

*Preu reduït durant el 2n quadrimestre del curs 23-24

A càrrec de Silvina Molina

*Nota: un cop iniciada l'activitat el 12 de febrer de 2024, no es retornaran els diners de la inscripció.

Organitza:
AV Hostal

Lloc:
Centre Cívic Nord

Horari:
9.45 a 10.45 h

Preu:
27,50 €* (21,50 €* els socis de l'AV Hostal) (11 sessions)

Image not found or type unknown



Formulari d'inscripció ^[1]

Classificació:
Salut i benestar

URL d'origen:https://www.granollers.cat/cursos_centres_civics/microgimn%C3%A0stica-mat%C3%AD-2n-q-23-24

Enllaços

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