

TMB Saludable

loga postural

Lloc: Sala Gaudí-Sagrada Família
Dies: Els dijous 31/01, 07/02 i 07/03/2019
Horari: Matí de 9.30 a 10.30
Tarda de 16.30 a 17.30 hores

Les places son molt limitades i s'adjudicaran per rigorós ordre de petició.

Les persones interessades a participar en el curs cal que enviïn un correu electrònic a: dcavalle@tmb.cat amb còpia a arodriguez@tmb.cat

Pren consciència del teu cos, troba la postura més adequada per no patir tensions musculars i aconseguir flexibilitat i equilibri.