

LA MATILLA

DEPORTE SOCIAL

MOVIMIENTO CONSCIENTE ES UN MÉTODO DE GIMNASIA SUAVE, BASADO EN LA PERCEPCIÓN CORPORAL PROFUNDA A TRAVÉS DE MOVIMIENTOS LENTOS Y PLACENTEROS, CON LO QUE SE CONSIGUE DISFRUTAR DE UN CUERPO CÓMODO, FLEXIBLE Y SIN MOLESTIAS QUE MEJORA EN LA CALIDAD DE VIDA DE ADULTOS Y MAYORES.

LUGAR: AYUNTAMIENTO
DÍAS: LUNES Y MIERCOLES
HORA: 18:30 A 19:30
COMIENZO: LUNES 14 DE OCTUBRE

PRECIO: 50€

ORGANIZA:

Ayuntamiento de la Matilla