

2026/2027

Yoga integral

- AUMENTA LA CAPACIDAD RESPIRATORIA Y LA CONCIENCIA CORPORAL.
- REDUCE LA TENSION MUSCULAR Y EL ESTRÉS.
- REGULA EL SISTEMA NERVIOSO Y MEJORA EL DESCANSO.

COMIENZO DEL CURSO
MIÉRCOLES 16 DE
SEPTIEMBRE

DE 19:00 A 20:30H
EN EL GIMNASIO DEL
COLEGIO

*ROPA DEPORTIVA Y
ESTERILLA*

CIGUÑUELA

PROFESORA Y CONTACTO • BEATRIZ • 674 98 87 67