

CURSO 2026/2027

YOGA EN SILLA

CLASE ABIERTA

Miércoles 16 de septiembre
De 17:30h a 18:30h

Lugar: Gimnasio del colegio

CIGÜÑUELA

- *Actividad de bajo impacto, segura y adaptable a diferentes niveles de movilidad.*
- *Ayuda a reducir el estrés, mejora la concentración y favorece el bienestar emocional.*
- *Fortalece la musculatura y ayuda a prevenir la pérdida de masa muscular.*

Profesora:
+información:



Beatriz
674 988 767