

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 MIÉRCOLES
HORA: 18:20 - 19:20
COMIENZO: MIÉRCOLES 7 DE OCTUBRE

PRECIO: 50€

ORGANIZA:

Ayuntamiento de la Matilla