

yoga

para todas
las edades

en Uncastillo

Prácticas de respiración y tonificación,
ejercicios de concentración y relajación,
técnicas psicofísicas para la salud
y liberación del estrés.



Retomamos la actividad el 13 de enero

Horario: los miércoles de 17.30 a 19.30

Lugar: en el Centro de día

Confirmación de asistencia e inscripciones en el Ayuntamiento

antes del 5 de enero