

TALLER DE MARCHA NÓRDICA

Para aprender a caminar con dos bastones o varas. Se va a practicar: una postura correcta, forma adecuada de caminar y uso correcto de los bastones. Se trata de prevenir lesiones y mejorar la postura al caminar.

Días: JUEVES 15, viernes 23 y viernes 30 de noviembre

Lugar: en el POLIDEPORTIVO

Primer grupo: de 3.30 a 4.30

Segundo grupo: de 4.30 a 5.30

Habr  transporte como de costumbre

**APUNTARSE LO ANTES POSIBLE. MÁXIMO 15 PLAZAS
POR GRUPO.**

Las personas interesadas han de llamar a  ngeles, Técnica del Rompiendo Distancias Teléfono: 664.505.686



ROMPIENDO DISTANCIAS
ALTO NAVIA



AYUNTAMIENTO
GRANDAS DE SALIME