

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

PABELLÓN DE DEPORTES OSERA

VIERNES 3, 10, 17, 24 Y 31 DE JULIO

19:30 A 21:00 HORAS

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**

CONTENIDOS:

REFLEXOLOGÍA

**EJERCICIO FÍSICO ADECUADO A PATOLOGÍAS COMO
ARTROSIS, ESCOLIOSIS, OSTEOPOROSIS, ETC...**

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

MASAJES TERAPEÚTICOS



PRECIO DE LAS CINCO SESIONES: 18 €

**INSCRIPCIONES EN EL AYUNTAMIENTO HASTA EL
18 DE JUNIO. PLAZAS LIMITADAS**



www.mrie.es

ORGANIZA:

- * SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBERA IZQUIERDA DEL EBRO"
- * EXCMO. AYUNTAMIENTO DE OSERA DE EBRO

TÓMATE UN RESPIRO

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

**PABELLÓN DE DEPORTES
VILAFRANCA**

**VIERNES 3, 10, 17, 24 Y
31 DE JULIO**

19:30 A 21:00 HORAS

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**



CONTENIDOS:

REFLEXOLOGÍA

**EJERCICIO FÍSICO ADECUADO A PATOLOGÍAS COMO
ARTROSIS, ESCOLIOSIS, OSTEOPOROSIS, ETC...**

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

MASAJES TERAPEÚTICOS

PRECIO DE LAS CINCO SESIONES: 18 €

**INSCRIPCIONES EN EL AYUNTAMIENTO HASTA EL
18 DE JUNIO. PLAZAS LIMITADAS**



www.mrie.es

ORGANIZA:

- * SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBERA IZQUIERDA DEL EBRO"*
- * EXCMO. AYUNTAMIENTO DE VILAFRANCA DE EBRO

TÓMATE UN RESPIRO

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

SALÓN CULTURAL

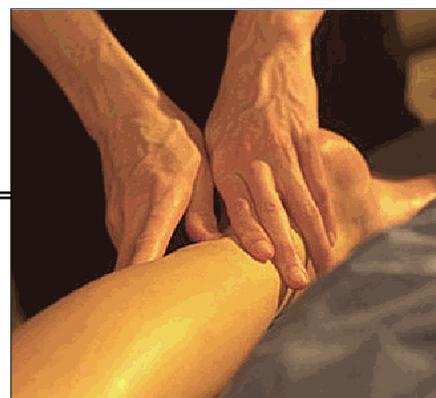
NUEZ DE EBRO

VIERNES 3, 10, 17, 24 Y

31 DE JULIO

19:30 A 21:00 HORAS

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**



CONTENIDOS:

REFLEXOLOGÍA

**EJERCICIO FÍSICO ADECUADO A PATOLOGÍAS COMO
ARTROSIS, ESCOLIOSIS, OSTEOPOROSIS, ETC...**

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

MASAJES TERAPEÚTICOS

PRECIO DE LAS CINCO SESIONES: 18 €

**INSCRIPCIONES EN EL AYUNTAMIENTO HASTA EL
18 DE JUNIO. PLAZAS LIMITADAS**



www.mrie.es

ORGANIZA:

- * SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBERA IZQUIERDA DEL EBRO"
- * EXCMO. AYUNTAMIENTO DE NUEZ DE EBRO

TÓMATE UN RESPIRO

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

LA PUEBLA DE ALFINDÉN

SALA POLIVALENTE (junto al pabellón)

MES DE JULIO

LUNES Y MIÉRCOLES DE 19:30 A 21:00 HORAS

COMIENZO: 1 DE JULIO

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**



CONTENIDOS:

MASAJE CON AROMATERAPIA

MASAJE THAILANDES

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

ESTIRAMIENTO Y FORTALECIMIENTO DE ESPALDA

PRECIO: 36 €

INSCRIPCIONES EN LAS PISCINAS HASTA EL 18 DE JUNIO. PLAZAS LIMITADAS



ORGANIZA:

www.mrie.es

* SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBERA IZQUIERDA DEL EBRO"

* EXCMO. AYUNTAMIENTO DE LA PUEBLA DE ALFINDÉN

TÓMATE UN RESPIRO

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

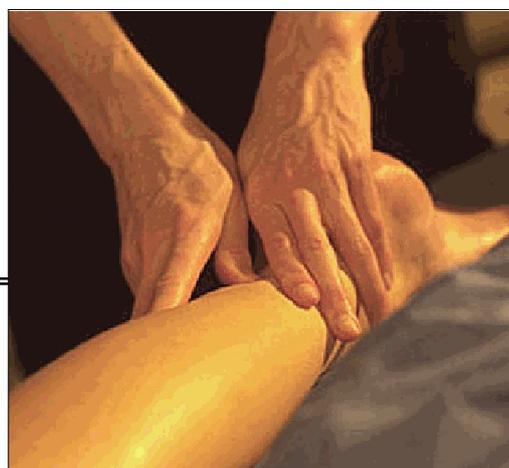
INSTALACIONES DEPORTIVAS ALFAJARÍN

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**

MES DE JULIO, MARTES Y JUEVES

DE 19:30 A 21:00 HORAS

COMIENZO: JUEVES 2 DE JULIO



CONTENIDOS:

REFLEXOLOGÍA

**EJERCICIO FÍSICO ADECUADO A PATOLOGÍAS COMO
ARTROSIS, ESCOLIOSIS, OSTEOPOROSIS, ETC...**

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

MASAJES TERAPEÚTICOS

PRECIO: 36 €

**INSCRIPCIONES EN EL SERVICIO COMARCAL DE
DEPORTES, HASTA EL 18 DE JUNIO.**

PLAZAS LIMITADAS



ORGANIZA

www.mrie.es

* SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBER A IZQUIERDA DEL EBRO"
* EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ALFAJARÍN

TÓMATE UN RESPIRO

TALLER DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

**PABELLÓN POLIDEPORTIVO
PASTRIZ**

LUNES Y MIÉRCOLES DE JULIO

19:30 A 21:00 HORAS

COMIENZO: 3 DE JULIO

**Dirigido a personas
mayores de 18 años**



CONTENIDOS:

REFLEXOLOGÍA

**EJERCICIO FÍSICO ADECUADO A PATOLOGÍAS COMO
ARTROSIS, ESCOLIOSIS, OSTEOPOROSIS, ETC...**

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

MASAJES TERAPEÚTICOS

PRECIO: 36 €

**INSCRIPCIONES EN EL AYUNTAMIENTO HASTA EL
18 DE JUNIO. PLAZAS LIMITADAS**



www.mrie.es

ORGANIZA:

- * SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES "MANCOMUNIDAD RIBERA IZQUIERDA DEL EBRO"
- * EXCMO. AYUNTAMIENTO DE PASTRIZ