

# 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](http://www.mrie.es)

**ORGANIZA:**

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