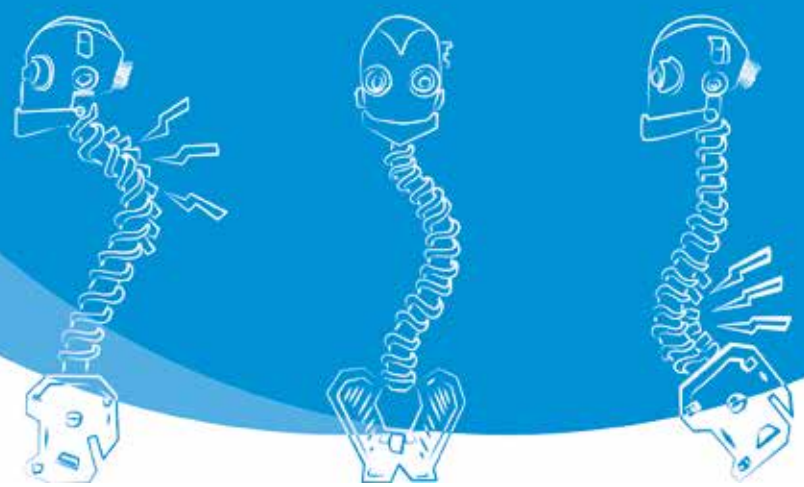
Ponte en Forma

Jornadas de Promoción, Salud y Ejercicio Físico

“Fibromialgia-dolor”

marzo, abril, mayo y junio 2015



Calendario e Inscripciones

09/03 - Almería
02/03 - Vícar
14/03 - Vélez Rubio
14/03 - Pulpí
16/03 - Viator
23/03 - Tabernas
28/03 - El Ejido
28/03 - Vera
13/04 - Huércal-Overa
20/04 - Gádor
06/04 - Adra
27/04 - Roquetas de Mar

deportes.dipalme.org

Taller 1

- ¿Doctor qué me pasa?
  Taller Práctico - “Ponte en Forma”

Taller 2

- Dolor de Espalda - Escuela de Espalda
- Dolor de Espalda - Higiene Postural
- Dolor Crónico - Ejercicio Terapéutico
- Estrés - Ansiedad - Respiración Consciente
- Estrés - Ansiedad - Higiene del Sueño

Centro de Recuperación y Promoción de la Salud
950 20 68 75
634 87 89 48
C/ Leandro Fernández de Moratin, 4 - 1ºD
04007 Almería
asociacioncadapasocuenta@gmail.com

Estas Jornadas tienen como objetivo acercar a los colectivos especiales la formación y asesoramiento técnico necesario para que realicen una práctica de ejercicio de forma saludable y adaptada a sus necesidades particulares.

DELEGACIÓN ESPECIAL DE DEPORTE Y JUVENTUD
950 21 13 27 - 950 21 15 84
cooperaciondeportiva@dipalme.org
www.dipalme.org

tuprovincia

DIPUTACIÓN DE ALMERÍA