

# Talleres de Actividad Física, Deporte y Salud Adultos y Mayores



## SORBAS

### \* HORARIOS:

- 4 SESIONES DE 1 HORA POR SEMANA.
- MARTES 18 y 25 DE ABRIL, 2 y 9 DE MAYO DE 2017
- DE 17.00 A 18.00 H.
- EN EL GIMNASIO DEL COLEGIO DE SORBAS.

### \*PRECIOS.

- ADULTOS HASTA 55 AÑOS: 12€/PERSONA.
- MAYORES DE 55 AÑOS: 7,20€ (descuento del 40%).

### \* INSCRIPCIÓN:

EN EL ÁREA DE DEPORTE DEL AYUNTAMIENTO,  
HASTA COMPLETAR PLAZAS

### \* IMPORTANTE:

PARA PODER PARTICIPAR EN LOS VIAJES DE  
DEPORTES QUE ORGANIZA DIPUTACIÓN,  
HABRÁ QUE INSCRIBIRSE, ANTES, A ESTOS TALLERES.

## Actividades:

- Baile Terapéutico
- Estiramientos
- Higiene Postural
- Relajación
- Técnicas de Respiración
- Tonificación Muscular
- Memoria



Información e Inscripciones en:  
En tu ayuntamiento y/o Centro  
Zonal de la Diputación de Almería.



DIPUTACIÓN DE ALMERÍA