



Ioga. 2024



Si voleu conèixer el ioga suau (centrat en la respiració i allunyat de les postures difícils) o apropar-vos al ioga dinàmic (més orientat a enfortir i tonificar el cos), ara ho podeu fer.

Del 15 d'abril fins a finals del mes de juny, tornen les classes de ioga a BSA.

Les classes de la tarda només trobarem companys de BSA i les d'horari de matí, coincidint també amb persones de fora d'organització.



Quan?

Dilluns i dimarts 9:30h - ioga suau
Dimarts i dijous 9:30h - ioga dinàmic
Dimecres 17h - ioga dinàmic



On?

Riera Matamoros 24,
1er pis
08911 Badalona



Més informació

Si voleu més informació, feu [clic](#) aquí:



Activitat adreçada als i les professionals de BSA
Reserva la teva plaça mitjançant el correu electrònic

activament@bsa.cat