



Curso 2021-2022



Actividad Física Mayores 65

**Movimiento articular suave - Espalda Sana
Estiramientos - Reordenación Postural
Respiración - Relajación**

Horarios

- **Lunes y Miércoles 9:45 a 10'45 h.**
- **Martes y Jueves 9:45 a 10'45 h.
y de 11 a 12 h.**

Comenzamos en Octubre/ fin. med. Junio

**Dos clases semanales de 60 minutos
Grupos reducidos y atención personalizada**

**Centro Surya
948 26 86 14/ 648 188 407 móvil y whatsApp
C/Monasterio de Urdax, 17-19
Pamplona-Iruña**