

Actividades para el mes de Marzo

Escuela Municipal de salud

Yoga:

En la Cámara Agraria. Lunes y miércoles de 20.30h a 22.00 h y martes y jueves de 10.00 h a 11.30 h. Precio: dos días a la semana 30 Euros, un día 20 euros. Clases sueltas 5 euros, primera clase gratis. Inscripciones e Información en el Ayto.

Zumba:

En la Cámara Agraria. Lunes y miércoles de 11.00 h a 12.00 h y martes y jueves de 18.00 h a 19.00 h. Precio: dos días a la semana 28 Euros. Clases sueltas 5 euros, Primera clase gratis. Inscripciones e información en el Ayto.

"Ticket salud"

Vente a pasear con nosotros 15 minutos al día. Lunes, miércoles y viernes de 11.30 a 11.45h.

Lugar de encuentro: **Plaza del Ayuntamiento**

Primer día: **lunes 9**

En colaboración con el Centro de Salud de A.T

Taller teórico - Práctico

"Cocinando con salud"

Bases para una alimentación saludable y degustación de patés y bocados dulces
Imparten

Clara Margarita Pérez Enfermera del Área Sanitaria y Alberto García
Cocinero del Restaurante Hotel Rural Suquín de Navia.

Miércoles 11 a las 17.00h en Casa Xusto. Inscripciones Ayto de El Franco

Estimulación temprana: "Signos de alarma. Cuando actuar"

Jueves 26 a las 17.00 h en la EEI de 0 a 3 Años.

Ponentes:

Almudena Frutos del Campo. Fisioterapeuta

Eva Miranda Villanueva. Logopeda

M^a José Martínez Álvarez. Psicóloga—Coordinadora

Carrera "Gotas por Níger"

Lunes 23 a las 17.00h. Lugar de encuentro centro de día de menores. Colaboración con UNICEF

Actividades deportivas

"Polideportivo Uruguay"

Aerobox: Martes y Jueves de 19.30 a 20.30h

Aerobic: Lunes y Miércoles de 18.30 a 19.30 h

Gimnasia Rítmica: de 16.00 a 21.00h

Polideportivo de Valdeparees:

Clases de tenis: De octubre a Junio. Miércoles de 18.00 a 19.00h

Gimnasia de Mantenimiento: lunes y viernes de 18.30 a 19.30 h



Ayuntamiento de
EL FRANCO

