

# Ajuntament de Castellar del Vallès

## **Ioga**

**Data d'inici:** 1 d'octubre de 2012

**Data final:** 19 de juny de 2013

**Durada:** 65 h

**Horari:** dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h

**Descripció:** es treballaran les postures de ioga que permeten tonificar i estirar totes les parts del cos, per alliberar-se de les tensions i aconseguir un estat físic i mental saludable.

**Preu:** 25 €/mes

- [Avís legal](#)
- [Sobre el web](#)
- [Accessibilitat](#)
- [Mapa web](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40