



**CENTROS
VALVERDE**

**¡Ven a celebrarlo
con nosotros!**

**Del 25 al 29
de noviembre**

Lunes

Myst Gym Club JC1

11.00-11.45h | Zumba

11.15-12.00h | Aquafitness

20.15-21.00h | Zumba

20.30-21.15h | Aquafitness

Martes

10.00-11.00h | Taller de
fisioterapia con
Beatriz Sánchez
“masaje infantil”

11.30-12.30h | Yoga adultos
con Carmen M^a
Martínez

Miércoles

11.15-12.00h | Aquafitness

17.00-18.00h | Clase de salud con
Vanessa Fernández
“Mejora la calidad
de vida con hábitos
saludables”

17.30-18.30h | Taller de
fisioterapia con
Beatriz Sánchez
“masaje infantil”

Jueves

10.00-11.30h | Conferencia con
Alejandro Ordás
“Cómo evitar
el dolor y la
inflamación”

11.30-12.15h | Clase de salud con
Aynara Valverde
“Cómo afecta
el estrés
a tu columna”

¡APÚNTATE!

Actividades gratuitas

¿Dónde?



Avda. Juan Carlos I
Nº 55 Edif. JC1, 4º C
30100 Murcia

Confirma
tu asistencia
968 28 15 72