

¿Eres mujer y tienes entre 30 y 65 años?

PARTICIPA en el programa mujer y salud
(Técnicas de tonificación del suelo pélvico)

PRESENCIAL:

Martes y Jueves de 12,30 a 13,30 horas.
25 PLAZAS.

Miércoles y Viernes de 12,30 a 13,30 horas. 25 PLAZAS.

SEMIPRESENCIAL:

Se instruirá a las participantes en la técnica (5 sesiones) para que lo realicen de manera individual en su domicilio sin supervisión.

Lunes de 12,30 a 13,30 horas.
10 PLAZAS.

INSCRIPCIONES:

Oficinas SAC Ayuntamiento de Tudela.

FECHAS INSCRIPCIÓN:

del 17 al 28 de febrero de 2020.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN:

Presencial: 10€.

Semipresencial: 5 €.

SE IMPARTE:

Del 2 de marzo al 8 de mayo.

Complejo Municipal de Ribotas.

Dirigido a mujeres que han sido madres por parto natural hace más de 6 meses

Tudela
AYUNTAMIENTO



upna

Universidad Pública de Navarra
Nafarroako Unibertsitate Publikoa