

# **CLASSES D'ESTIRAMENTS I GIMNÀSTICA D'ESQUENA**

**Cada dimecres de 9 a 10 del matí al Centre Cívic de Sils**

**Si vols millorar l'estat general o tens algun problema d'esquena i necessites fer exercicis suaus que t'ajudin a sentir-te millor, vine o truca per informar-te!**

**Per a més informació truqueu al telèfon 609 94 46 55 (Ester -fisioterapeuta i osteòpata). O al Centre Cívic 972 85 39 13**

**Preu: 18€/mes – gimnàs suau – portar roba còmode – mitjons gruixuts**

**Organitza:**

**Associació per l'organització de festes i activitats culturals a Sils, amb la col.laboració de l'Ajuntament de Sils**



**Ajuntament de Sils**