

DEPORTE
Y MUJER

KIROLA ETA
EMAKUMEA



**TALLER DE MARCHA NÓRDICA
IPAR MARTXA TAILERRA**

18 DE ABRIL - SÁBADO
APIRILAREN 18A - LARUNBATA
10:00 a 12:00 h - 10:00etatik 12:00etara

LLEVAR CALZADO Y ROPA CÓMODA PARA EL PASEO
ERAMAN OINETAKO ETA ARROPA EROSOAK IBILALDIRAKO
SE FACILITAN BASTONES PARA EL PASEO - MAKILAK EMATEN DIRA IBILALDIRAKO



**TALLER DE SUELO PÉLVICO Y POSTURA
PELISKO ZORUAREN ETA JARRERAREN TAILERRA**

25 DE ABRIL - SÁBADO / APIRILAREN 25A - LARUNBATA
10:00 a 12:00 h - 10:00etatik 12:00etara



Lugar / Lekua:
Colegio Luis Gil
Luis Gil Eskola



Inscripciones gratuitas:
Izen-emate doakoak:
Instalaciones Cantolagua
Cantolagua Instalazioak



Aforo máximo por grupo:
Taldearen gehieneko edukiera:
20 personas (desde los 15 años)
20 pertsona (15 urtetik aurrera)
Mínimo 10 personas / Gutxienez 10 pertsona



Plazo de Inscripciones:
Izena emateko epea:
Hasta el miércoles de la
semana que se imparte el taller
Asteko asteazkenara arte
egingo da tailerra

Información oficina de deportes: 948 87 00 05 - 948 87 03 63 • deportes@sanguesa.es
En Octubre y Noviembre se impartirán talleres de FUERZA Y DEFENSA PERSONAL



Instituto Navarro del Deporte
y de la Actividad Física



Nafarroako Kirolaren eta
Jarduera Fisikoaren Institutua

