

Atzo hasi zen Yoga ikastaroa Orona Ideo kanpusean

2016/10/05

Ikasle eta langileen artean bizimodu aktiboak sustatu nahian, oraingoan langileei zuzenduriko Yoga ikastaroa jarri dugu martxan Orona Ideoko kanpusean.

Ikastaroa urritik abendu bitartean emango da asteartetan 12:30tatik 13:30tara, Esther Fernandez izango delarik ikastaroko irakaslea.

Beste kanpusetan ere yoga, abdominal hipopresiboak, defentsa personala... ikastaroak emango dira. Adi egon eta animatu parte hartzen.



yoga saioa Orona Ideo kanpusean