

## Hipopresiboen ikastaroa hasi da, Oñatiko Enpresagintza campusean

2016/11/07

Gimnasia abdominal hipopresiboaren ikastaroa hasi da gaur Oñatiko Enpresagintza campusean. 10 astetan arituko dira abdominalak lantzen.

Hainbat onura dituzte ariketa hauek, esaterako, higiene posturala hobetzea eta abdominalak tonifikatzea.



2016/2017 ikasturteko GAH ikastaroa