MOU-TE AMB CONFIANÇA

Com mantenir força, equilibri i autonomia a partir dels 60 anys



Entrena els moviments que fas cada dia.
Guanya recursos per moure't amb més libertat i confiança.

Dissabte 21 de novembre de 2026

11 a 12.30 h

Centre Cívic de la Creu Alta

Places limitades

RESERVA LA TEVA PLAÇA:

activitatsesportives@ajsabadell.cat

Tel. 601 684 673

Ajuntament de Sabadell

Organitza: Servei d'Esports.

Yolanda Tello,
Osteòpata, INEF i entrenadora personal,
amb més de 18 anys d'experiència.