

Gimnasia para la memoria

Ven a conocer los talleres de memoria

En el taller podrás aprender a:

- Mantener y desarrollar la memoria, la concentración, la agilidad mental y motora.
- Mayor efectividad en las situaciones relacionadas con la memoria en la vida cotidiana.

A través de:

- La estimulación cognitiva
- El trabajo grupal en un contexto de intercambio y ejercitación.
- Movimientos de gimnasia diseñados especialmente para estimular la memoria.

1ª sesión **GRATUITA**

Horario: 17'30 a 19'00
VIERNES 9 de noviembre

Facilitadora: Maite Muñío

671 93 23 53

Especialista en técnicas para mejorar la memoria
Terapeuta familiar y de parejas



Prana Escuela de Yoga

Calle Segura 21
03004 Alicante

Teléfonos de contacto: 965 21 72 79 / 639 52 09 52