

# LaColectiva



Proyectos para la salud y la igualdad



## TALLER SUELO PÉLVICO

**Cuándo:** MIÉRCOLES 1 DE JULIO DE 12 A 13 HORAS

**Dónde:** En la Colectiva, c/ Carbono nº 32, local 4, Torrejón de Ardoz

**Quién lo facilita:** Maite Blanco, **fisioterapeuta** experta en tratamiento de suelo pélvico

**En qué consiste** el taller: Maite nos acercará a los ejercicios corporales hipopresivos para reforzar el CORE (Musculatura abdominal y suelo pélvico) y así mejorar nuestra salud y conciencia del cuerpo.

**GRATUITO**

**Previa inscripción, plazas limitadas: [emilia@lacolectiva](mailto:emilia@lacolectiva)- 918258419/ 657016107**