

La actividad se celebrará los sábados 17 de octubre, 14 de noviembre y 12 de diciembre en la sede de la FMJJ

LA FUNDACIÓN MARÍA JOSÉ JOVE ABRE LA INSCRIPCIÓN PARA YOGA EN FAMILIA, CON TRES SESIONES DURANTE EL ÚLTIMO TRIMESTRE DEL AÑO

A Coruña, 22 de septiembre de 2026.- La Fundación María José Jove (FMJJ) ha abierto hoy el plazo de inscripción para el primer trimestre de Yoga en familia, un taller inclusivo en el que familias con menores a partir de 5 años ejercitan mente y cuerpo mediante la práctica del yoga. El principal objetivo es fomentar hábitos saludables, trabajando las capacidades físicas a través del juego y de la conciencia corporal.

A través del movimiento, la respiración y la relajación, se genera un espacio de cuidado que contribuye al bienestar físico y emocional, así como a explorar y conocer las emociones.

Las tres sesiones de este primer trimestre de curso se celebrarán en la sede de la FMJJ los sábados 17 de octubre, 14 de noviembre y 12 de diciembre, en horario de 11.30 a 13.00 horas.

La inscripción a la actividad puede realizarse a través de la página web de la Fundación (www.fundacionmariajosejove.org) desde hoy y hasta el próximo 12 de octubre. Las plazas son limitadas.

Para más información:

Rubén G. Martínez. M. 659 970 674