

Espai físicodemocional
TAI-TXI
I RELAXACIÓ



FUNDACIÓ
HOSPITAL

SANT JAUME I
SANTA MAGDALENA



VOLS MILLORAR
EL TEU BENESTAR?
COMPTA AMB NOSALTRES

Espai físicodemocional

TAI-TXI

I RELAXACIÓ



Quan es parla de salut es fa referència a l'equilibri mental, físic i emocional de la persona. Les activitats de tai-txi i relaxació permeten aconseguir aquest benestar a través de la pràctica d'exercicis pràctics i vivencials.

Grups de Tai-Txi:

Dia: dilluns i dimecres

Horari: de 18.30 a 19.30 hores
i de 19.30 a 20.30 hores

Dia: dimarts i dijous

Horari: de 18.30 a 19.30 hores

Grup de Relaxació:

Dia: dimarts

Horari: de 19.45 a 21.00 hores

truca al
937 419 160

Carrer Sant Pelegrí, 3
08301 Mataró

www.fundaciohospital.org



FUNDACIÓ
HOSPITAL

SANT JAUME I
SANTA MAGDALENA



Ajuntament
de Mataró

La Fundació Hospital Sant Jaume i Santa Magdalena subvenciona gran part dels serveis, programes i activitats que organitza gràcies a la col·laboració d'entitats públiques i privades.