

# Ajuntament de Castellar del Vallès

L'activitat s'ha programat al Casal Catalunya.  
L'activitat s'ha programat al Casal Catalunya.

Divendres 18 de novembre de 2016

Proposta

## **Trobada zen: "Del moviment conscient al silenci intern"**

A càrrec de Núria Santander, instructora en ioga.

Activitat gratuïta amb places limitades. Inscripcions als tels. 93 714 40 40 (matins),  
649 54 58 03 (tardes) o a l'a/e [tothicapcastellar@gmail.com](mailto:tothicapcastellar@gmail.com).

Es recomana portar roba còmoda.

**Horari** | 18:00

**Destinataris** | Públic general

**Organitza** | Tothicap Castellar

**Lloc** | Sala de ioga del Casal Catalunya

**Programa** | [Dia Internacional per a l'eliminació de la violència vers les dones 2016](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40