TALLERES GRATUITOS DE EJERCICIO FÍSICO Y BIENESTAR PARA SUPERVIVIENTES DE CÁNCER

En el marco de la 7ª edición de las Jornadas Nacionales SAMEDE

TALLERES DISPONIBLES

Taller de experiencias

Un espacio cercano donde supervivientes de cáncer compartirán sus vivencias personales y cómo la actividad física ha formado parte de su proceso de recuperación y bienestar. Una oportunidad para escuchar testimonios motivadores.

Taller de ejercicio físico en supervivientes de cáncer

Sesión práctica dirigida por profesionales en actividad física y salud. Se realizarán ejercicios adaptados que combinan equilibrio, fuerza, aeróbico y estiramientos, mostrando cómo moverse de forma segura y efectiva tras el cáncer.

➡️ No necesitas experiencia previa, solo ganas de participar y ropa cómoda.

Además, aprovecha la oportunidad y obtén un informe de tu composición corporal por bioimpedancia gratuitamente para todos los asistentes en el stand de MICROCAYA.

📍 Alcázar de Jerez de la Frontera
📅 Viernes 17 de octubre
🕙 10:00 Inauguración
🕛 11.15h Inicio de talleres

Gratuito | Plazas limitadas

INSCRÍBETE

Organiza:

SAMEDE
SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA DEL DEPORTE

Colabora:

move it
EMPOWERING HEALTH BY PHYSICAL ACTIVITY, EXERCISE & NUTRITION.