



TALLER ONLINE

¿Riesgos del trabajo sedentario

Hablaremos de pautas de higiene postural y explicaremos ejercicios, automasajes y todo tipo de recomendaciones para minimizar las consecuencias físicas de un estilo de vida sedentario como el que predomina actualmente en la sociedad.

[Apúntate](#)



Miércoles 26 de abril



A las 12:00 h

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.