



TALLER ONLINE

Envejece saludablemente: ¿cómo prevenir el envejecimiento articular?

Daremos consejos para ayudar a cuidar nuestras articulaciones, con el objetivo de que se mantengan en un buen rango articular y muscular que nos permita realizar las actividades deportivas y cotidianas con la misma energía independientemente del paso de los años.

[Apúntate](#)



Lunes 22 de mayo



A las 11:00 h

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