

# NOTA DE PRENSA



Ayuntamiento  
de Majadahonda

## El Centro Juvenil ofrece clases de yoga para ayudar a lograr mejoras posturales y a cultivar la actitud positiva

---

**13, en '17.** Con el objetivo de cultivar el cuerpo, la mente y el alma, el yoga ofrece técnicas y posturas para lograr mayor bienestar.

Los jóvenes entre 12 y 30 años que quieran aprender esta disciplina que les ayudará a cultivar una actitud positiva; a conocer técnicas de relajación, respiración y meditación y a mejorar las articulaciones, músculos y ligamentos, pueden inscribirse en el Centro Juvenil.

El curso –con un precio 22,50 euros y 15 euros de matrícula- comienza este mes de enero y finaliza en mayo, y las clases se imparten los jueves de 20.00 a 21.30 horas.