



SETEMBRE 2017

TERRASSA

DILLUNS

18 i 25

TALLER DE TAI TXI - TXI KUNG

“Un treball terapèutic i energètic de recerca de l'equilibri del cos i la ment”.

A càrrec de **Francesc Sánchez**, fundador del Projecte Yùyán, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

HORARI:
de 10.00 a 11.30 h.

DIMECRES

20 i 27

CURS DE GESTIÓ DE L'ESTRÈS PER SOFROLOGIA

Aprentatge de tècniques corporals i mentals per desenvolupar els recursos propis.

A càrrec de **Joan Enric Puig** i **Pauline Sala**.

SESSIÓ PRÈVIA
HORARI:
de 10.00 a 11.30 h.

1r GRUP
HORARI:
d'11.30 a 13.00 h.

2n GRUP
HORARI:
de 17.00 a 18.30 h.

3r GRUP
HORARI:
de 18.30 a 19.30 h.

DIJOUS

21 i 28

TALLER DE YOGA i MEDITACIÓ

Tècniques per al benestar i l'equilibri.

A càrrec de **Mireia Coma-Cros**, professora de yoga i educadora social.

Lloc: Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

HORARI:
a les 10.00 h.

Totes les activitats realitzades a Oncolliga són gratuïtes. S'ha de confirmar assistència ja que són places limitades.



oncolliga
Fundació Lliga Catalana d'Ajuda Oncològica

Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa
Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat



SETEMBRE 2017

SABADELL

DILLUNS
18 i 25

TALLER DE
TAI TXI - TXI KUNG

“Un treball terapèutic i energètic de recerca de l'equilibri del cos i la ment”.

A càrrec de **Francesc Sánchez**, fundador del Projecte Yùyán, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.
Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

HORARI:
de 15.45 a 17.00 h.

DIMARTS
19 i 26

TALLER DE IOGA
KUNDALINI

Basant-nos en aquest ioga i la meditació Zen, treballem els efectes sobre la ment i el cos.

A càrrec de “Kavi” Lluís Salvador, professor de ioga Kundalini.
Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

HORARI:
de 16.00 a 17.00 h.

RUBÍ

DIMECRES 20 i 27

TALLER DE IOGA KUNDALINI

Basant-nos en aquest ioga i la meditació Zen, treballem els efectes sobre la ment i el cos.

A càrrec de “Kavi” Lluís Salvador, professor de ioga Kundalini.

Lloc: Ateneu Municipal de Rubí. Carrer Xile, 1-3.

HORARI: de 12.00 a 13.00 h.

Totes les activitats realitzades a Oncolliga són gratuïtes. S'ha de confirmar assistència ja que són places limitades.



oncolliga
Fundació Lliga Catalana d'Ajuda Oncològica

Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa
Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat