

ACTIVIDADES POLIVALENTES

SALUD • DEPORTE • BIENESTAR

*Muévete, cuida tu cuerpo,
transforma tu vida*



CLASES COLECTIVAS



Clases ZEN



Programa Strength



CAMPAÑAS DE SALUD



Cursos de RCP.
Formación presencial.



Grupo de deshabituación
tabáquica. On-line



Kit de supervivencia
ante los exámenes.
On-line.



SEMANA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE



Reparto de fruta gratuita.



Taller "Nutre tu mente y cuerpo.
Bienestar emocional y
alimentación consciente"
On-line.



ACCIONES INSTITUCIONALES



Foto en familia en apoyo
en la lucha contra el cáncer.



Transformación de espacios
para la conversión en
un campus sin humo.



ACCIONES SOCIALES



Participa en las campañas
de donación de sangre
y médula.



Participa en la carrera de
entreculturas
"Corre por una causa"
Valladolid



OTROS

Pase de día gratuito en nuestros
gimnasios de Alberto Aguilera y
Cantoblanco para el PAS/PDI que
puntualmente se desplacen a Madrid.



*Pequeñas acciones,
grandes cambios*



MEJORA TU SALUD
FÍSICA Y MENTAL



AUMENTA TU ENERGÍA
Y RENDIMIENTO



DISFRUTA Y REDUCE
EL ESTRÉS



CONECTA, COMPARTE
Y CRECE



SIÉNTETE MEJOR
CONTIGO MISMO

¡ELIGE LO QUE TE HACE BIEN Y HAZLO PARTE DE TU DÍA A DÍA!

