

TALLER DE PILATES

Comenzará el 13 de Septiembre



Creado por Joseph H. Pilates hace casi un siglo, este conjunto de ejercicios está más de moda que nunca. Y es que no sólo ayuda a mejorar la condición física, sino también la capacidad de control y concentración.

Lunes y Miércoles: 10:30 a 12:00, 17:00 a 18:30
Martes y Jueves: 09:30 a 11:00, 18:30 a 20:00, 20:00 a 21:30

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6, 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER DE PILATES PARA EMBARAZADAS

Comenzará el 13 de Septiembre



Muchas mujeres cuando se quedan embarazadas optan por dejar de lado toda actividad física, en parte por miedo a que pueda afectar negativamente al bebé. Sin embargo, la actividad física moderada durante el embarazo puede ser muy beneficiosa tanto para la madre como para el niño, siempre que sea guiada por profesionales con experiencia.

Lunes y Miércoles: 20:00 a 21:00
Martes y Jueves: 11:00 a 12:00

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER INFANTIL DE ARTES PLÁSTICAS Y CUENTACUENTOS

Comenzará el 11 de Septiembre



Este taller es una actividad importante para el conocimiento, maduración y comunicación de los propios alumnos/as, así como sus capacidades creativas. Por lo tanto trabajaremos las habilidades psicomotrices fomentando su creatividad.

Lunes y Miércoles: 17:00 a 18:30

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 10:30 a 12:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER DE BAILES LATINOS

Comenzará el día 6 de Octubre



Al tomar clases de baile desafías tu mente y estimulas la conectividad del cerebro. A diferencia de otras formas de ejercicio, en la danza no hay barrera de edad.

Viernes: 18:00 a 19:00

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER DE PUNTO, CROCHET Y TRAPILLO

Comenzará el 13 Septiembre



La simple actividad manual y el fijar la atención en la tarea nos abre las puertas a un estado de calma que aporta beneficios a todas las personas

Miércoles: 17:00 a 20:00

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER ZUMBA KIDS

Comenzará el 14 de Septiembre



Tienes un pequeño en casa y su nivel de energía no disminuye debido a la edad eso es normal y existen muchas actividades que te ayudarán a aprovechar su potencial al máximo, como practicar zumba, una actividad que tiene muchos beneficios en los niños.

Martes y Jueves: 16:00 a 17:00

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER DE CORTE Y CONFECCIÓN Y MODA FLAMENCA

Impartido por Paqui Piñero Comenzará el 1 de Octubre



Aprender a coser tu propia ropa puede ahorrarte dinero y también ayudarte a desarrollar tu sentido artístico.

Martes de 16:30 a 19:30
Miércoles de 10:30 a 13:30

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete durante el mes de Septiembre en AFICAR de martes a jueves de 17:00 a 19:30 en Calle Anfiteatro, 44 (Bajos de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TALLER DE ZUMBA Y TONIFICACIÓN

Comenzará el 13 de Septiembre



Zumba es un tipo de actividad física (fitness) basada en ritmos y músicas latinoamericanas. Su origen es Colombia y está extendida por todo el mundo. Las coreografías de zumba incluyen ritmos como la samba, la salsa, el reggaeton, la cumbia, el merengue y el mambo.

Lunes y Miércoles: 18:30 a 20:00

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Inscríbete los días 4, 6 y 7 de Septiembre en AFICAR de 17:00 a 20:00 C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales)

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona

TERAPIA REIKI

A partir del 14 de Septiembre



El Reiki es una terapia alternativa que alivia los dolores físicos. En esta técnica se considera a la persona de forma global en los cuerpos físico, emocional, mental y espiritual, de manera que, no solamente se dirige a suprimir la patología, sino también a recuperar el estado natural de equilibrio que produce bienestar y felicidad.

Jueves: 17:00 a 20:00

PIDE CITA PREVIA

Llama al Teléfono: 648 266 980 o de Martes a Jueves en C/ Anfiteatro, 44 (Bajos del edificio de Servicios Sociales) de 17:00 a 19:30

Asociación de Fibromialgia de Carmona - Aficar 648 266 980
C/ Anfiteatro, 44 Bajos del Edificio de Servicios Sociales (Frente a Plaza Mirón) aficar2006@gmail.com
Organiza: AFICAR Asociación de Enfermos y Familiares de Fibromialgia, S.F.C y S.G.M. de Carmona
Colabora: Excmo. Ayuntamiento de Carmona