

ACTIVIDADES PARA PADRES EN LA SEMANA DE LA SALUD CEIP CARLOS SÁINZ DE LOS TERREROS

LUNES A LAS 18:00

INAUGURACIÓN MURAL SI! BATUCADA Y MERIENDA SALUDABLE

Merienda con nosotros.

MARTES

A LAS 09:00

TALLER DE MASTER CHEF: Recetas sencillas para hacer con tus hijos.

A LAS 17:00

TALLER DE SHIATSU: Aplicando unas presiones con los dedos y las palmas de las manos, sobre determinados puntos, corrige irregularidades, mantiene y mejora la salud. ¡Date un gustazo!

A cargo de Juan Ramón Rodríguez (Sensei de Shiatsu)

MIÉRCOLES A LAS 17:00

CICLOTORUSTA: Si tienes bici, vente a dar una vuelta con tu hijo/a hasta el Parque Manzanares, iremos por el Carril bici. Cada niño/a tendrá acompañado/a de un adulto. **(Para niños a partir de 3º.)**

JUEVES

A LAS 09:00

DESAYUNO SALUDABLE: Charla-coloquio con las Enfermeras del Centro de Salud “Federica Montseny”, tras la cual disfrutaremos de un delicioso y saludable desayuno.

A LAS 18:00

ZUMBA Y MERIENDA ISOTÓNICA: ¿Eres capaz de resistir una sesión de Zumba???