

PRÉSTEC DE MATERIAL

IOGA

El ioga és una pràctica física i mental que combina exercicis de respiració, postures corporals i meditació per millorar la flexibilitat, la força i l'equilibri. Ajuda a reduir l'estrès, augmentar la concentració i promoure el benestar general, integrant cos i ment en harmonia.

MATERIAL ESPORTIU

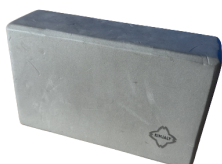
1. CINTURONS D'ESTIRAMENT
2. BLOCS D'ESPUMA
3. FITBALL
4. ESTERILLA
5. ROLLERFOAM LLARG I CURT

IMATGES

1.



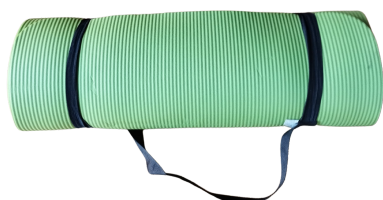
2.



3.



4.



5.

