

# GETXOAKTIBATU!

IRAILEKO  
ALE BEREZIA

2025



Getxo

bizi ezazu

Ekonomia -Sustapena  
Promoción económica

IKASI, IRAKATSI, ZAINDU, GOZATU  
PARTE HARTU

APRENDE, ENSEÑA, CUÍDATE, DIVIÉRTETE  
PARTICIPA

*"Oso tailer atsegina eta praktikoa iruditu zait, oparitzeko detaile txikiak egiteko erabil dezakedalako".*

FELI CAÑIBARO, Natur Etxearen "Bihurtu zure olio erabilia xaboi" tailerrera bertaratutakoa.



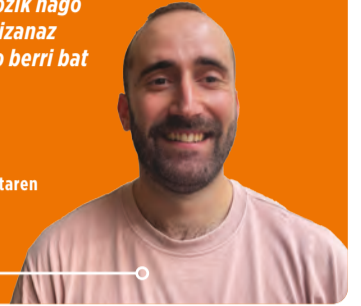
*"Tailer zoragarria izan da, oso informazio praktikoarekin, eta gure eguneroko zainketan erraz implementatzeko modukoa".*

ELEONOR BATISTA, Estimua, Espacio de Bienestar-ek emaniko "Aurpegiko automasajea" tailerrera bertaratutakoa.



*"Asko gustatu zait jarduera berri bat egitea, eta poz-pez nago tailer honetara etorri izanaz eta Algortako negozio berri bat ezagutu dudalako".*

IÑIGO GORDON, Flor de Awitaren "Zintzilikatutako loreontzia makramean" tailerrera bertaratutakoa.



## JARDUERA AGENDA

Online ikusteko [www.getxo.eus/getxoaktibatu](http://www.getxo.eus/getxoaktibatu)

IRAILAK 11

18:00

Tailer praktikoa: Ongi pasa frantsesez ikasten duzun bitartean!  
( 5-12 urte)

Antolatzailea: BonjourGetxo! Frantses Akademia  
Lekua: Eskoletako Plaza (Areea)  
Izen-ematea: Aurretikoa



+ INFO Whatsapp / telefonoa 670 318 894

IRAILAK 13

11:30

Dietetika eta nutrizioari buruzko ikastaro trinkoa: koipea galdu eta osasuna irabazi

Antolatzailea: Piensa Wabisabi  
Ematen du: Almudena Hormaechea  
Lekua: Billares Barria, Urkizu z/g (Romo)  
Izen-ematea: Aurretikoa



+ INFO Whatsapp 688 825 277

IRAILAK 17

19:00

Hitzaldia: Nor naiz? Nola eboluzionatzen dugu?

Antolatzailea: Kenkoi Herbolario  
Ematen du: Ángel Ceberio ⌚ Iraupena: 1h.  
Lekua: Kenkoi Herbolario, Angel Etorbidea 8 (Bidezabal)  
Izen-ematea: Aurretikoa



+ INFO Whatsapp / telefonoa: 944 716 665

IRAILAK 18

17:30

Tailer praktikoa: Ikasi estresa modu erraz eta eraginkorrean kudeatzen

Antolatzailea: Enara Lariz  
Lekua: Supervisoni Villa de Plentzia 14 - 4F lokala (GSDNen azpian kokatuta) (Gobela)  
Izen-ematea: Aurretikoa



+ INFO Whatsapp / telefonoa: 699 830 407

IRAILAK 20

11:30

Tailerra: Mosaic crochet-era hastapenak

Antolatzailea: Mainer Crochet Toki  
Lekua: Andrés Cortina 20 (Algorta)  
Izen-ematea: Aurretikoa



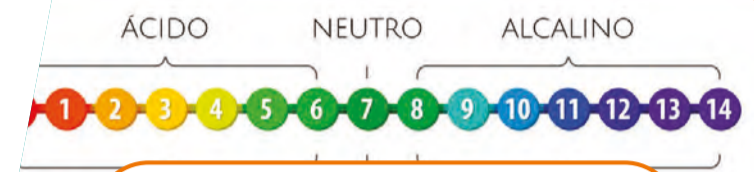
+ INFO Whatsapp 666 935 158

**IRAILAK 22****18:30****Erakustaldi tailerra: Janari erraz eta zapoetsua egiteko sukalde-trikimailuak**

**Antolatzailea:** La Salada  
**Lekua:** Santa Ana 8A - 2i lokala (Areeta)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa

**+ INFO** Whatsapp / telefonoa 608 140 556**IRAILAK 23****18:00****Hitzaldia: Larruazalaren, ilearen eta hesteen PH-a zaintzea, kosmetikan eta medikazioan aurreztuz eta ingurumena errespetatuz**

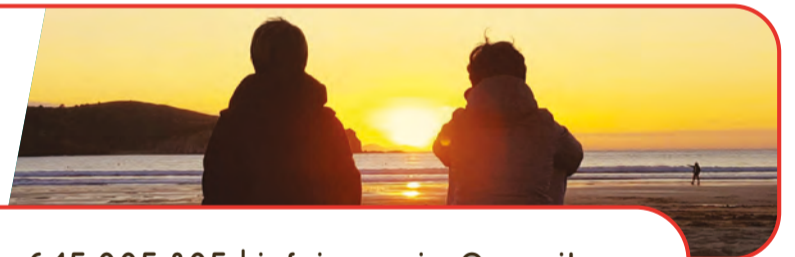
**Antolatzailea:** Estimua, Espacio de Bienestar  
**Ematen du:** Estíbaliz Zabala  
**Lekua:** Jata 5 (Bidezabal)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa ⌚ Iraupena: 1h.

**+ INFO** Whatsapp 635 726 422**IRAILAK 24****18:30****Klasea: Yoga**

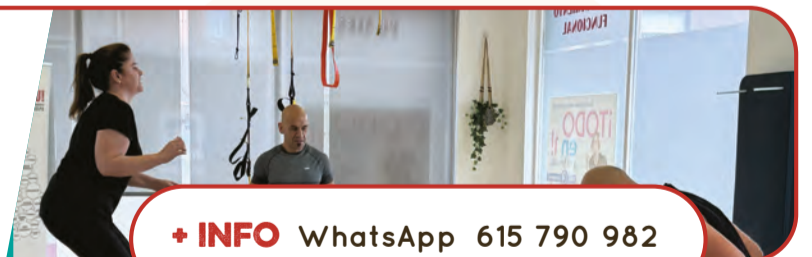
**Antolatzailea:** Estudio Step 21  
**Ematen du:** Nerea Martínez  
**Lekua:** Villa de Plentzia 4 (Gobela)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa

**+ INFO** Whatsapp 635 702 482**IRAILAK 26****18:00****Tailerra: Ezagutu presentziaren laborategia**

**Antolatzailea:** Irma Mier Zarraga ⌚ Iraupena: 1h.  
**Lekua:** Algorta Yoga Shala, Ganekogorta 8 (Algorta)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa

**+ INFO** Whatsapp / Telegram / Telefonoa 645 005 805 | infoirmamier@gmail.com**IRAILAK 27****10:00****Klasea: Entrenamendu funtzionala**

**Antolatzailea:** Kemen Pilates  
**Lekua:** Kasune 18 (Algorta)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa

**+ INFO** WhatsApp 615 790 982**IRAILAK 28****10:00 UMEAK | 11:00 HELDUAK****Jardunaldia: Chi Kung , Tai Chi eta Kung Fu. ITKA metodoa eta Chen estiloa**

**Antolatzailea:** Espacio Zen Contemporáneo  
**Lekua:** Tamarindo 4 (Algorta)  
**Izen-ematea:** Aurretikoa  
 10:00etan umeak (7-14 urte). Tai Chi eta Kung Fu.  
 11:00etan helduak. Chi Kung eta Tai Chi.

**+ INFO** Whatsapp 652 767 022 | espaciozenbilbao@gmail.com