

GETXOAKTIBATU!

SUPLEMENTO
ESPECIAL
SEPTIEMBRE

2024



Getxo
bizi ezazu
Ekonomia - Sustapena
Promoción económica

IKASI, IRAKATSI, ZAINDU, GOZATU
PARTE HARTU

APRENDE, ENSEÑA, CUÍDATE, DIVIÉRTETE
PARTICIPA

"De GetxoAktibatu! me he llevado una sensación muy buena porque se le ha dado espacio con esta actividad a nuestra feminidad desde una vertiente sanadora".



ARIANA RODRÍGUEZ, asistente de la charla "Reconexión femenina" en Estímua, Espacio de Bienestar.

"En esta actividad hemos sido más conscientes de las fuerzas familiares que operan en nuestras vidas".



DAVID FOGERTY, asistente de "Nuevas Constelaciones Familiares", en Espacio Zen Contemporáneo.

"Ha sido muy bonito, de repente hemos sentido que estábamos solas".



IRAIDE VÁZQUEZ Y AMAIA GÓMEZ, asistentes de la clase "Yoga para la salud y la consciencia" de la Asociación Cultural Anahata.

AGENDA DE ACTIVIDADES

Ver online en www.getxo.eus/getxoaktibatu

10 de SEPTIEMBRE 18:00

Manualidades en francés para niños/as de 5 a 10 años

Disfrutar de una actividad creativa interactuando en francés con nuestra profesora nativa

Organiza: **BonjourGetxo! Academia de francés**
Lugar: Plaza de Las Escuelas (Las Arenas)
Inscripción: Inscripción previa ⌚ Duración: 1 h



+ INFO Whatsapp 670 318 894

11 de SEPTIEMBRE 19:30

Taller práctico: Chi Kung, Tai Chi e Iniciación al Tui Shou

(Trabajo en pareja, rama del Tai Chi)

Organiza: **Espacio Zen Contemporáneo**
Lugar: Tamarindo, 4 (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa



+ INFO Whatsapp 652 767 022

12 de SEPTIEMBRE 17:30

Taller práctico infantil (de 5 a 9 años) impartido por Academia Anakids: Manualidades Vivas (Robot con goma eva)

Organiza: **Cerebritito Pérez**
Lugar: Basagoiti, 40 Bajo (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa

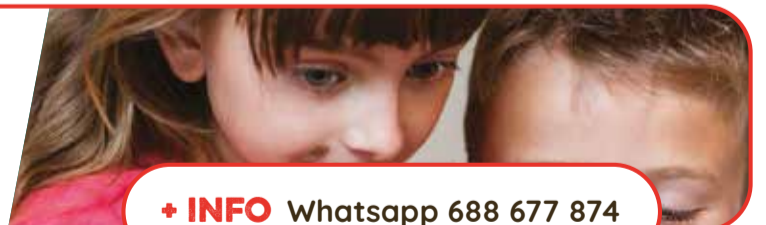


+ INFO Whatsapp 665 667 667

14 de SEPTIEMBRE 18:00

Taller: Ajedrez (de 5 a 16 años)

Organiza: **Dama Gaztea**
Lugar: **Gustoko**, Barria, 3 (Las Arenas)
Inscripción: Inscripción previa

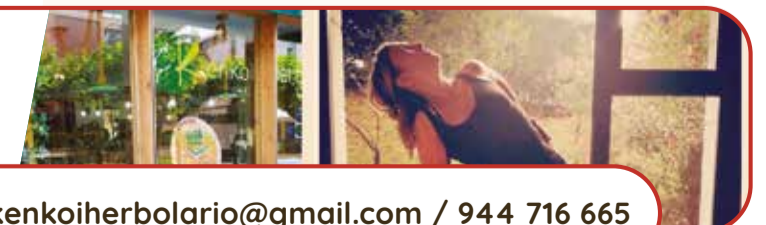


+ INFO Whatsapp 688 677 874

15 de SEPTIEMBRE 10:30

Taller: Yoga en la madurez impartido por Yasmina Pascual

Organiza: **Kenkoi Herbolario**
Lugar: Avda. del Ángel, 8 (Bidezabal)
Inscripción: Inscripción previa

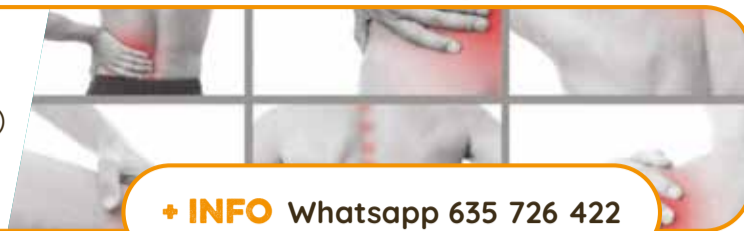


+ INFO kenkoiherbolario@gmail.com / 944 716 665

17 de SEPTIEMBRE 18:00

Taller: Elimina dolores de espalda, caderas, suelta tensiones y saca líquido reduciendo volumen (traer pelota de tenis y ropa cómoda)

Organiza: Estíbaliz Zabala
Lugar: Estimua, Espacio de Bienestar, Jata, 5 (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa



+ INFO Whatsapp 635 726 422

18 de SEPTIEMBRE 19:00

Taller: Conversación en inglés para todas las edades y niveles

Organiza: Urban Hub Language School
Lugar: Alvarito's bar, Alangobarri, 4 (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa

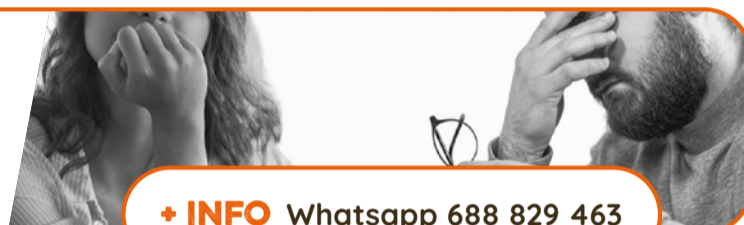


+ INFO Whatsapp y Teléfono 623 066 726

19 de SEPTIEMBRE 18:00

Taller práctico: Conoce tu nivel de estrés y los recursos que ya tienes para manejarlo

Organiza: Sonia Guerrero Plaza
Lugar: Supervisoni, Villa de Plentzia 14 - local 4F (sitio debajo de la TGSS) (Gobela)
Inscripción: Inscripción previa ⌚ **Duración:** 1 h y 30 min



+ INFO Whatsapp 688 829 463

21 de SEPTIEMBRE 10:00

Clase: Pilates

Organiza: Kemen Pilates
Lugar: Kasune, 10 (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa

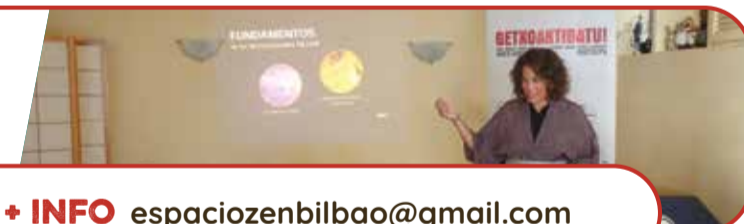


+ INFO Whatsapp 615 790 982

25 de SEPTIEMBRE 19:00

Charla: Cómo mejorar nuestro Sistema Nervioso a través de la tecnología Nesa
Beneficios en el sueño, estrés, ansiedad, fatigas musculares, vejiga hiperactiva, etc

Organiza: Laura Gutiérrez (Fisioterapeuta)
Lugar: Espacio Zen Contemporáneo, Tamarindo, 4 (Algorta)
Inscripción: Inscripción previa



+ INFO espaciozenbilbao@gmail.com

26 de SEPTIEMBRE 17:30

Taller: Cuentacuentos Txikiyoga

Organiza: Algorta Yoga Shala
Lugar: Ganekogorta, 8 bajo (Algorta) **Duración:** 1 h
Inscripción: Inscripción previa



+ INFO Whatsapp 666 201 413 / info@maiteikaran.com

27 de SEPTIEMBRE 11:00

Charla: Nuestra percepción del arte

Una charla animada y discusión en inglés sobre cómo vemos el arte y a sus autores impartido por Ana Rosa Arroyo

Organiza: Getxo Languages Services **Duración:** 1 h y 30 min
Lugar: Joaquín Arellano, 8 (Las Arenas)
Inscripción: Inscripción previa



+ INFO Whatsapp 944 346 644 / admin@getxolanguages.com