

OBJETIVOS JORNADAS

Un año mas el grupo Massalud organiza las jornadas

Mass-evolution



A través de la reunión en una jornada saludable, aprovechando el gran entorno que ofrecen las instalaciones, intentamos transmitir y divulgar una forma de trabajo y una filosofía de vida centrada como no en la salud.

El espacio de las jornadas siempre discurre por un conjunto de charlas de diferentes temáticas relacionadas con:

- El fitness, la nutrición, el movimiento, la evolución..

siempre combinado con diferentes espacios donde habrá tiempo para el movimiento, la reunión, la degustación ...



SABADO 13 DE OCTUBRE

09.00h –15.30h

Inscripción: Massalud Administración

Coste: 35€

maSSalud

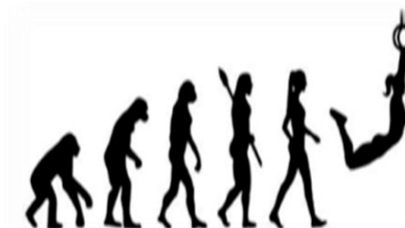
Fonte do campo nº8
15.500 Fene A Coruña

Tel. 881 933 956
massaludmilo@gmail.com
www.massalud.eu

maSSalud

**JORNADAS
MASS-EVOLUTION**

**PIENSA ACTUAL,
VIVE ACENSTRAL**



Tel. 881 933 956
massaludmilo@gmail.com
Www.massalud.eu

MASS-EVOLUTION

PROGRAMA:

- “El mejor despertar, ¿nos movemos?” 9:00-9:40
- “Paleovida” 10:00-11:45
- “El desarrollo psicomotor” 11:45-12:45
- “La salud, cuestión de fuerza” 12:45-13:15
- “Descálzate..” 13:15-14:00
- “Entreno y festín” 14:00-15:15
- “Calma.., tu momento” 15:15
- “Cierre de jornadas” 15:30

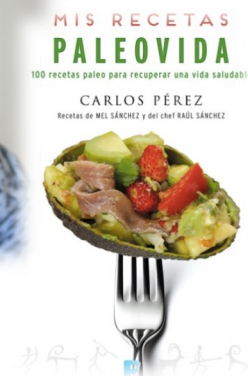


Contamos con la presencia en las Jornadas Mass-evolution de:



Carlos Pérez

Co-director de Regenera, empresa pionera y destacada en el campo de la Psiconeuroinmunología clínica; autor de los libros **“Paleovida”** y **“Mis recetas Paleovida”** y co-autor del libro **“paleotraining”**.



maSSalud

Fonte do campo nº8
15.500 Fene A Coruña

Tel. 881 933 956
massaludmilo@gmail.com