



Fraternidad
Muprespa
SU MUTUA, 275

JORNADAS PROVINCIALES TALLER ESCUELA DE ESPALDA

27 abril 2017
SEVILLA

fraternidad.com



La realización de nuestro trabajo así como diversas actividades de la vida diaria pueden exigir un esfuerzo importante de nuestros músculos y articulaciones, que incrementan la probabilidad de sufrir molestias y/o lesiones. Una forma muy efectiva de protegerse es mejorando nuestro estado físico, realizando ejercicios de calentamiento, estiramiento y fortalecimiento para equilibrar nuestra musculatura.

En este taller totalmente práctico, te mostraremos y enseñaremos una serie de ejercicios sencillos, que de forma orientativa puedas realizar antes de empezar tu jornada laboral y al terminar, o bien cómodamente en tu casa y poco a poco fortalecer tu espalda y evitar futuras lesiones.

Imprescindible ropa cómoda o de deporte

Fraternidad-Muprespa

PRESENTACION:

13:30 H **D^a. Lola Jariego Oyola**
Directora Provincial de Fraternidad-Muprespa

PONENCIAS:

13:35 H **D^a. Inmaculada Tagua Cabello**
Fisioterapeuta de Fraternidad-Muprespa

D^a. Ana Justel Tejeda
Fisioterapeuta de Fraternidad-Muprespa

CLAUSURA:

14:25 H **D^a. Lola Jariego Oyola**
Directora Provincial de Fraternidad-Muprespa

DIRECCIÓN

📍 **Fraternidad-Muprespa**

Avda. Ramón y Cajal, 35
41005 - Sevilla

IMPRESINDIBLE CONFIRMAR ASISTENCIA (Aforo limitado)

👤 **Inmaculada Rey Rivero**
irey@fraternidad.com
954935900 - EXT. 8342

PARTICIPAN:

