

28.01

EL MITE DELS ESTIRAMENTS

*per Ana Castillejo i Ramón Navarro,
entrenadors personals.*

17.03

DOLOR EMOCIONAL

per Sara March, psicòloga

28.04

ENTENENT EL DOLOR

per Xavi Fernández, activador muscular

08.10

LA IMPORTÀNCIA DEL MÚSCUL

per Daniel Martínez, activador muscular

01.12

(TOTS) ELS TIPUS DE NADAL

per l'equip de Sigma Salut

VOLEM LA TEVA MILLOR

VERSIÓ i volem contribuir a millorar la
teva qualitat de vida

Les conferències Sigma Talks són un format innovador i fresc on conèixer la informació recent i de qualitat envers a la salut personal. L'equip de Sigma Salut està compromès en la millora de la qualitat de vida de les persones oferint xerrades breus de 30minuts, de temes específics, en un ambient distès i amb col·loqui final.