



## AGENDA ENERO 2011

### CURSOS PERMANENTES

- **Yoga.**  
**MAÑANAS:** Lunes y jueves a las 10.30h.  
**TARDES:** Lunes, miércoles y jueves a las 20.30h y viernes a las 16.45h.  
Imparte: Milagros Sánchez, profesora de Educación Física e instructora de yoga. Dos clases semanales de 1.30h, 40€ /mes. Clases sueltas: 6€.
- **Yoga para niños.** Martes de 19.30 a 20.30h. Imparte: Milagros Sánchez. 15€/mes.
- **Pilates.**  
**MAÑANAS:** Miércoles y Viernes 10.00h. Imparte: Jesica luzolino, profesora de Educación Física e instructora de Pilates. 40€/mes. **OFERTA DE INVIERNO:** Si traes a un amigo, la cuota mensual de ambos se reduce un 25%!!!Clases sueltas: 6€.  
**TARDES:** Martes 20.30h y Jueves 19.30h. Imparte: Milagros Sánchez, profesora de Educación Física e instructora de Pilates. 40€/mes. Clases sueltas: 6€.

### TALLERES Y ENCUENTROS

- **Encuentro de madres de Vía Láctea:** Viernes, 7 de enero a las 18.00h.  
Este viernes: “Por el placer de encontrarnos. Experiencias compartidas en torno a la maternidad”.  
Organiza: **Asociación de Madres Vía Láctea.**  
Disponemos de un espacio de juegos para los niños que vengan. **Entrada libre.**
- **Taller de Reiki.** Para practicar o recibir Reiki. **Viernes 14, 21 y 28 de enero,** de 19.00 a 21.00 horas.  
**Entrada libre.**
- **Biodanza.Taller inspirado en “El caballero de la armadura oxidada”Primer castillo.** **Sábado 22 de enero de 18.00 a 20.00h.** Imparte: María Jesús Tallón, instructora de biodanza. Aportación: 15€.
- **Conferencia-Presentación del Ciclo de Talleres “Trabajo Interior y Evolución”.** **Sábado 29 de enero a las 19.00h.** Imparte: Jorge Becerra Arias, terapeuta holístico e instructor de crecimiento personal.  
**Entrada libre.**

### CONSULTAS Y TERAPIAS

- **Terapia Integral: Psicología Holística, Naturopatía, Flores de Bach.** Terapias naturales para afrontar los cambios y dificultades y para encontrar vías para recuperar la Salud. Terapeuta: Jorge Becerra.  
**Previa petición de hora.** (45€).
- **Quiromasaje, Masaje relajante, Masaje deportivo.** **Miércoles 19 y 26 de enero de 16 a 20.00h.**  
Sesiones de 40 min, 20€. Quiromasajista: Víctor Díaz. **Previa petición de hora.**
- **Reflexología Podal.** **Jueves 13 de enero, desde las 16.00h.** Terapeuta: Mari Gracia. Primera consulta: 30€, siguientes 20€. **Previa petición de hora.**

## ALIMENTACION ECOLÓGICA

- **Cajas de fruta y verdura ecológica de temporada por encargo.**

Caja GRANDE de 8kg a 18€.

Caja PEQUEÑA de 4 kg a 9€.

Directamente de Félix Ballarín, agricultor ecológico de Sariñena, reconocido por el Comité Aragonés de Agricultura Ecológica. Se pueden encargar hasta el jueves por la mañana, se recogen los viernes.

**Hacemos reparto a domicilio.**

## RINCON DE LIBROS Y REGALOS

Disponemos de una sección de libros dedicados fundamentalmente a la **Salud, Terapias, Autoconocimiento, Maternidad y Crianza y Espiritualidad**. En el apartado de regalos hay inciensos, velas y jabones perfumados, esencias, quemadores, piedras y porta velas de sal, collares de piedras naturales además de cosmética y maquillaje ecológicos.

## OFERTAS

- **Fost print classic, plus, sport y junior de Soria Natural, 3x2.** Jalea real con propóleo, vitaminas y aminoácidos. Energía y vitalidad.

- **ImmuniFlor en viales, cápsulas y jarabe para niños de ESI.** Para favorecer las defensas del organismo de forma natural.

Por la compra de 2 referencias un **15% de descuento**, de tres un **20%**.

- **Bebida de soja ecológica de Soria Natural, 4 x 3:**

1 brick: 1,75 €

**4 bricks: 1,31€/und.**

- **Bebida de arroz ecológica de Soria Natural, 6 x 5:**

1 brick: 2,01€

**6 bricks: 1,67€/und.**

- **Bebida de avena ecológica de Soria Natural, 6 x 5:**

1 brick: 1,96€

**6 bricks: 1,63€/und.**

- **Bebida de espelta ecológica de Soria Natural, 6x5:**

1 brick: 2,52€

**6 bricks: 2,10€/und.**

- **Bebida de quínoa ecológica de Soria Natural, 6x5:**

1 brick: 2,99€

**6 bricks: 2,49€**

- **Hamburguesas vegetales ecológicas, 3x2: hortalana, espinacas, calabacín, semillas, mediterránea, brócoli, algas, champiñón, manzana, quínoa.**

1 pack de 2 hamburguesas: 2,95€

**3 packs: 1,96€/und.**

**HERBOLARIO Y CENTRO DE ACTIVIDADES SANANDA**

**C/ MAYOR 59, JACA. 974356839.**

Lunes a viernes de 10 a 21.00h, sábados de 10.30 a 14.00 y de 17 a 20.30h

**¡Bienvenidos!**