

ESKAITZEN DIZKIGUN ONURAK

ALGUNOS BENEFICIOS QUE NOS APORTA

Gogo bizia eta baikortasuna areagotzen du.

Aumenta el entusiasmo y optimismo.

Artikulazioen egitura eta funtzioa mantentzen du.

Mantiene la estructura y funcion de las articulaciones.

Loaren kalitatea hobetzen du.

Mejora la calidad del sueño.

**Jarduera familiarekin eta lagunekin partekatzea
ahalbidetzen du.**

Permite compartir una actividad con la familia y amigos.

Digestioa eta hesteetako erritmoa hobetzen du .

Mejora la digestion y el ritmo intestinal.



