

# ÁGORA UPV

## Actividades

**CONÓCETE Y CUIDA TU CORAZÓN:** Medición del colesterol y de la tensión arterial.

**Taller APRENDE A SALVAR UNA VIDA:** prácticas de reanimación cardiopulmonar básica

(En colaboración con la **Cátedra CARDIOVASCULAR EVES/FERRER/UPV** y

el Instituto Valenciano Pro-Corazón-**INSVACOR**)

Horario: 10:00 a 15:00

**Taller cada 30 minutos**

-----

**TALLER DE CONSULTA NUTRICIONAL:** Programa tu dieta

Horario: de 10:00 a 15:00

-----

**TALLER DE COCINA SALUDABLE**

(En colaboración con **Valencia Club Cocina**)

Horarios: 11:30 a 12:30

13:00 a 14:00

---

**En colaboración con el Servicio de Deportes de la UPV:**

---

**CLASE DE TAICHI:** Mejora tu salud y bienestar

Horario: 14:00 a 15:00

**WALKING UPV:** Ruta saludable de 2 kms. dirigida por un monitor

Horario: 19:30 (Salida desde el Ágora)

---

**COLABORAN:**

