



'yoga for teens' grupo de jóvenes



GRUPO DE YOGA Y APOYO DISEÑADO PARA EXPLORAR EL AUTOCUIDADO Y EL BIENESTAR EMOCIONAL. APRENDE ESTRATEGIAS PRÁCTICAS PARA MANEJAR EL ESTRÉS, DESARROLLAR CONFIANZA Y SENTIRTE MÁS CONECTADO, VISIBLE Y ACEPTADO.

¿CUÁNDO?

Mondays from January 26th - March 16th from 6:00 - 7:00 PM

¿DÓNDE?

OPC Office (36 Washington St. Toms River, NJ 08753)

**¿QUIÉN PUEDE
PARTICIPAR?**

Abierto a todos los adolescentes del condado de Ocean - no se necesita experiencia

¿PREGUNTAS?

Contacta a Kate Dorando (facilitadora principal):
kdorando@oceanpartnership.org

¡GRATIS para todos los participantes! Se proporcionarán materiales sin costo.

**¡RESERVA SU LUGAR AHORA! ESCANEÁ EL CÓDIGO QR A
CONTINUACIÓN PARA REGISTRARTE:**

