

Vibra Bienestar



Jornada del Bienestar y la Salud

Programación: **26 de marzo**

Al ritmo de tu Bienestar

9:00 a.m.

6:00 p.m.

Sede B - Recepción

Jornada de donación de sangre

9:00 a.m. a 2:00 p.m.
5:00 p.m. a 8:30 p.m.

Sede A - Zona verde

Hábitos saludables

9:00 a.m. a 10:00 a.m.

Sede A
Salón Apertura

Manejo emocional

(Descarga con canes)

10:00 a.m. - 11:00 a.m.
Sede A - Salón 3 en 1

Higiene postural

Sede A: 2:00 – 3:00 p.m.

Sede B: 3:00 – 4:00 p.m.

Secretaría Distrital de la Mujer

Feria de servicios.
8:00 a.m. – 11:00 p.m.

Sede B - Piso 1

Descubre tu Bienestar

10:00 a.m. – 12:00 p.m.
5:30 p.m. 8:00 p.m.

Sede B – Piso 1

Museo del Oro: Exposición

Permanente

Sede B - Piso 1



Vibra Bienestar

Jornada del Bienestar y la Salud

Programación: **27 de marzo**

Hábitos saludables

Sede A: 10:00 a.m.

Sede B: 12:00 p.m.

Smart Fit: Actividad Física

Recorrido por los diferentes pisos

Taller lúdico para motorizados

2:00 – 4:00 p.m.

Recorrido

Ruleta contra el Cáncer

10:00 a.m. - 12:00 p.m.
5:00 p.m. - 8:00 p.m.

Sede B - Piso 1

Circuito Cuerpo-mente Bienestar

9:00 a.m. – 1:00 p.m.
5:30 p.m. 8:00 p.m.

Sede B – piso 1

Museo del Oro: Exposición

Permanente

Sede B - Piso 1

Pintando el Bienestar: Un viaje sensorial contra el estrés

9:00 a.m. – 1:00 p.m.
5:30 p.m. 8:00 p.m.

Planeación – Sede A



Vibra Bienestar

Jornada del Bienestar y la Salud

Programación: **28 de marzo**

**Tapete de actores viales:
Enfoque a
Motociclistas**

8:00 a.m. – 10:00 a.m.

Sede A - Salón 2 en 1

**Rumba
Terapia**

10:30 a.m. - 11:30 a.m.

Sede A - Salón 2 en 1

**Concéntrese:
Hábitos
saludables**

10:00 a.m. - 12:00 p.m.
5:00 p.m. - 8:00 p.m.

Sede B – piso 1

**Plumas
dementes:
Temporada III**

10:00 a.m. - 12:00 p.m.
5:00 p.m. - 8:00 p.m.

Sede B – piso 1

**Museo del
Oro:
Exposición**

Permanente

Sede B - Piso 1

