

# Semana del Bienestar 2025

Secastilla  
26-29 diciembre

Viernes  
26 de diciembre  
18:00 h  
Salón del Ayuntamiento

## Autoconocimiento y Autoliderazgo: Fundamentos de una Longevidad Saludable

Charla con Wilka Pascual Neumann  
Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Máster en Hipología y Método Centauro

## Jornada de educación vial para público infantil

Circuito de karts eléctricos con Animación Rubies  
Aprendemos hábitos seguros y responsables desde una experiencia lúdica y participativa, fortaleciendo autonomía y bienestar social

Domingo  
28 de diciembre  
11:30 h  
Plaza de la Iglesia

## Zumbando hacia el 2026

Masterclass de zumba con Aitor Díaz Ventura

## Más que un Gol: Una Historia de Esfuerzo, Pasión y Vida

Charla con Juan Señor, una oportunidad inspiradora para reflexionar sobre la resiliencia, el esfuerzo y la salud emocional, reforzando así la dimensión mental y afectiva del bienestar.

Lunes  
29 de diciembre  
18:00 h  
Salón del Ayuntamiento

## El método Zentangle y sus beneficios

Charla y taller posterior con Susana Pérez



Sábado  
27 de diciembre  
11:00 h  
Zona deportiva junto a piscinas

Domingo  
28 de diciembre  
18:00 h  
Salón del Ayuntamiento



CENTRO HIPOLOGÍA  
CENTAURIDES

