

#Yo MeQuedo En Casa

Oferplan
LA RIOJA

TODO SIN SALIR DE CASA
MENAJE DE COCINA, INFORMÁTICA,
ORDENADORES, ALIMENTACIÓN...

SE LO LLEVAMOS A DOMICILIO

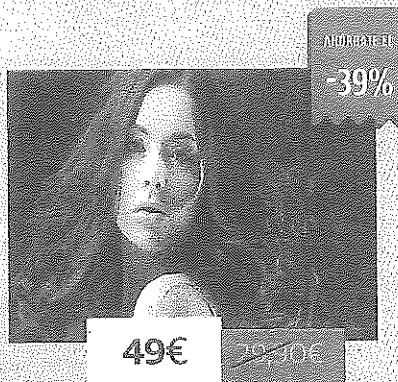
Por teléfono: **941 279 169** (de 9 a 17 h.)
Por internet: www.ofertaplano.com
Smartphone/tablet: www.ofertaplano.com

Estrena el curso con nuevo look, sesión completa de peluquería

Te presentamos una oferta de peluquería que te va a encantar, incluye tinte, lavado y peinado con mascarilla por sólo 29,90€. Luce un look novedoso

¿QUÉ TE OFRECEMOS?

Refuerza tu imagen con otro look y elige el estilo que quieras poniéndote en manos de los mejores profesionales



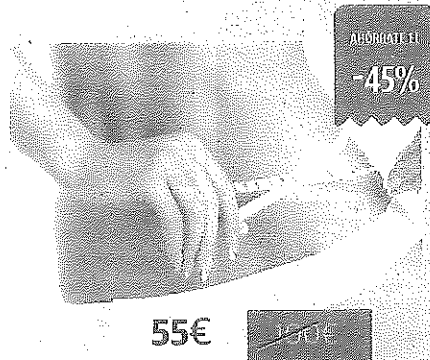
Detrás Salón de belleza unisex
C/ Manuel de Falla, 4.
Lardero, La Rioja

Pack reductor-reafirmante corporal en Centro Susana Varea

Di adiós a la grasa celulitis y la flaccidez con este completo tratamiento que incluye: lipólaser, radiofrecuencia y presoterapia

¿QUÉ TE OFRECEMOS?

• 1 Sesión de láser lipolítico + 1 sesión de radiofrecuencia + 2 sesiones de presoterapia por 55€ con Oferplan en vez de 100€



Susana Varea Gran Vía, 50,
Entreplanta 2. Logroño

SUSANA VAREA

Disfruta de un masaje relajante craneal con aromaterapia. Un placer para los sentidos

Carga las pilas y libera tensiones y estrés con un masaje craneal de 30 minutos. Despierta todos tus sentidos con los aromas relajantes y olvida cualquier preocupación.

¿QUÉ TE OFRECEMOS?

• Terapia craneal (masaje craneal) + aromaterapia por tan sólo 15€ con Oferplan en lugar de 25€

- La duración del tratamiento será de 30 minutos

Conos, centro de belleza y estética, masajes

Auda Colón, 14, Logroño



Trece pueblos reanudan los cursos de ocio para adultos

RIOJA ALAVESA

Las actividades, suspendidas por la pandemia, empezarán el lunes 5 de octubre hasta el 17 de diciembre

MARTA HERMOSILLA

El año pasado por estas fechas, el servicio de Animación Sociocultural de la Cuadrilla de Laguardia-Rioja Alavesa lanzó unos cursos de ocio para adultos y jóvenes que se vieron interrumpidos en marzo por la pandemia. Ahora ya se conoce cuándo volverán: estas actividades se reanudarán el próximo lunes 5 de octubre. La oferta, que en un primer momento hubiera terminado en mayo, se extenderá hasta el 27 de diciembre.

Los cursos de ocio son un compendio de actividades sociales, culturales y deportivas que cuen-

tan con la colaboración de 13 ayuntamientos de la zona de la Rioja Alavesa. Los pueblos que participan son Baños de Ebro, Elciego, El Campillar-Laserna, El Villar, Laguardia, La Puebla de Labarca, Lanciego, Leza, Moreda, Párganos, Samaniego, Villabuena y Yécora.

Estas actividades abarcan desde pilates o yoga hasta cursos creativos en torno a la pintura, al óleo o el teatro infantil. También hay clases de danzas vascas, percusión, bricolaje o cocina vegetariana, entre otras muchas. Todas ellas mantendrán sus horarios y sus profesores mientras que algunos de los lugares de encuentro variarán adaptándose a las medidas de seguridad y de salud actuales. Elciego será uno de ellos ya que, debido al número de participantes, se utilizará el polideportivo municipal para la celebración de alguna de sus citas.

Un total de 28 grupos de riojanalaveses volverán a disfrutar este lunes de todas estas acciones lúdicas que quedaron paralizadas por la pandemia.

La próxima oferta de cursos de ocio para adultos y jóvenes y su inscripción comenzará, si la situación lo permite, el mes de enero del 2021.

Las actividades mantendrán sus horarios y profesores aunque que algunos lugares de encuentro cambiarán

EN BREVE

NAVARIDAS

15 de octubre, Día de la Igualdad en el municipio

M.M. El pueblo de Navaridas aprobó en el último pleno de la Corporación celebrado que, a partir de ahora, el día 15 de octubre será oficialmente el Día de la Igualdad del municipio. La localidad de la

Rioja Alavesa quiere honrar, de esta manera, a las navaritanas que, gracias a su esfuerzo, han conseguido garantizar la supervivencia del municipio. El objetivo es reconocer y visibilizar el rol que desempeñan las mujeres en nuestro medio rural y su contribución y esfuerzo tanto a su desarrollo sostenible como a su futuro.

OYÓN

Marcha de 9 kilómetros contra el cáncer

M.M. El Ayuntamiento de Oyón y la AECC organizan un paseo para los próximos días 24 y 25 de octubre. El motivo de la marcha será la lucha contra el cáncer en un recorrido de 9 kilómetros que podrá hacerse andando o corriendo. El plazo de inscripción será del 15 al 23 de octubre y tendrá un coste de 7 euros. Se repartirá una mascarilla, una camiseta y una mochila el mismo día de la inscripción.

VILLABUENA DE ALAVA

Nuevo taller sobre el cuidado de las mujeres

M.M. El municipio de Villabuena de Álava acogerá mañana el taller "Cuidar cuidándonos". El evento, que forma parte del nuevo curso de "LAI Aeskola", se centra en promover el autocuidado de las mujeres, aprender a escuchar los sentimientos propios y, sobre todo, a quererse a una misma. Unas necesidades que han estado relegadas durante años y que ahora se quieren poner en valor.