

Country

Red adscrita  CAT

Temas

Infancia, Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

L'activitat de ball Country està dirigida a totes les edats tot i que la majoria de les persones que hi participen són adultes i gent gran. És una activitat grupal, tot i que es balla de manera individual i seguint els passos de la instructora. És una activitat d'intensitat vigorosa amb predomini de moviments de cames i peus al ritme de la música. Es duu a terme un dia a la setmana durant una hora i mitja, la qual permet assolir els mínims d'activitat física setmanals establerts per l'OMS en persones d'entre 18-64 anys i majors de 65 anys. Té un cost de 20€ mensuals i una temporalitat d'Octubre fins a Maig. És una activitat de qualitat acceptable.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Andrea Bieto Pons (690213646) (bieto95.a@gmail.com)

Fecha de última actualización de la actividad

03/01/2022

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Calle Montmaneu s/n 25183 Seròs Poliesportiu Seròs Lleida Catalunya España



Fecha de la Actividad

De 01/10/2020 a 31/05/2021