## **BAILES EN LINEA Y LATINOS**

# Red adscrita \*\* Salud Comunitaria Aragón

#### **Temas**

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

## Descripción

Bailando no sólo realizamos actividad física, sino que además fomentamos las relaciones interpersonales y con ello mejoramos el estado emocional. Nos juntamos los **lunes de 20:30 a 22:00 horas** en la **Sala Aragón** del recinto ferial de **Sariñena**.

La actividad va dirigida a personas de cualquier edad con ganas de pasar un buen rato bailando y riendo, al mismo tiempo que hacemos ejercicio físico.

El baile implica concentración, coordinación, estímulo de la memoria, por lo que también es un buen recurso para evitar el deterioro cognitivo.

#### **Población**

Población General - Cualquiera ()

#### Persona de contacto

PEPE AINETO PEREZ (633140993) (ynogues73@gmail.com)

### Fecha de última actualización de la actividad

17/05/2021

### Situación actual de la actividad

Histórica

#### Gratuita

No

#### Localización

