Paseos Cardiosaludables por el Parque Pignatelli

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Esta actividad forma parte del proyecto Parques con Corazón del ayuntamiento, abalado por la Sociedad Aragonesa de Cardiología y a iniciativa del Centro de Salud de Sagasta. El paseo comienza en la entrada del parque Pignatelli por la plaza Diego Velazquez, donde se reunen las personas que de forma libre quieren participar. Para empezar se realizan 10 minutos de calentamiento, se continúa con un recorrido por el parque y el Canal Imperial, volviendo al punto de partida para realizar 10 minutos de estiramientos.

- Duración total 60 min.
- Dificultad baja.
- Se recomienda calzado, ropa cómoda y agua.
- Horario: De Lunes a Viernes, de 10h a 11h.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Olga Pascual (976258061 Ext 562460) (mopascual@salud.aragon.es)

Fecha de última actualización de la actividad

18/07/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Diego Velazquez 1 50006 Zaragoza Zaragoza Aragón España

Imagen de la Actividad

Image not found or type unknown