Gimnasia para mayores

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física.

Descripción

Consiste en la realización de ejercicios físicos de bajo impacto e intensidad moderada, destinados a mantener una vida sana y activa a partir de los 70 años.

Martes de 11:00 a 12:00h

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Personas mayores de 70 años que quieran realizar algún tipo de ejercicio físico para cuidar de su salud.)

Persona de contacto

Alicia Ballesta (976498904, ext. 300) (oficinaalmayor@ftranvia.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Entidad promotora Fundación El Tranvía

Fecha de última actualización de la actividad

13/01/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Fray Luis Urbano 11, casa 23 50002 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España

Página web del proyecto

http://www.ftranvia.org