

# Programa Challenge

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

---

## Temas

Infancia, Juventud, Actividad física.

---

## Descripción

Programa dirigido a personas de 12 a 18 años, de lunes a jueves a las 17h y 18h con una duración de 50 min.

El programa se compone de 5 actividades diferentes:

- **Ejercicios en el gimnasio** en el que se va a poder realizar una subida de peso continuada.
- **Entrenamiento funcional:** ejercicios de fuerza con más habilidades corporales, llevándoles a superar un reto, mejorando la técnica de los ejercicios, postura corporal, etc.
- **Distintos deportes** en los que se trabaja la coordinación óculo-manual, la percepción y otras habilidades corporales, como por ejemplo, bádminton, tenis de mesa, tenis, pádel, kickboxing, etc.

---

## Población

Jóvenes (12-29 años) - Cualquiera (de 12 a 18 años)

---

## Persona de contacto

Yolanda Remón Área de deportes (976787262) (yremon@ayto-utebo.es)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Área deportes ayuntamiento de Utebo

---

## Fecha de última actualización de la actividad

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Calle Las fuentes 12 50180 utebo Zaragoza Utebo Zaragoza Aragón España

Calle Astún 6 50180 Utebo Zaragoza Utebo Zaragoza Aragón España

