

Dance fitness Bierge

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física, Participación.

Descripción

Es una actividad de baile coreografiada, inspirada en bailes latinos de diferentes tendencias, introduciendo también otros ritmos. Combina la diversión, el baile con los beneficios del ejercicio en una sola sesión. Combina el ejercicio aeróbico de mediana o alta intensidad, con la tonificación muscular y finalmente la relajación.

Es una forma de entrenamiento divertido.

Se realiza dos veces a la semana martes y jueves de 17,15 a 18,15 en el local el Torno de Bierge ubicado en la C/ san Lorenzo nº 14.

La cuota es de 71.50 euros al trimestre. Con una reducción del 25% para mayores de 65 años y familias numerosas. Mes suelto 28.10 euros.

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (población joven, o buena forma física)

Persona de contacto

Ayuntamiento de Bierge Comarca de Somontano (Ayuntamiento Bierge 974318102 Comarca Somontano 974306006) (deportes@somontano.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

ayuntamiento de Bierge y Comarca de Somontano

Fecha de última actualización de la actividad

15/09/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Calle San Lorenzo 14 22144 Bierge Centro El Torno Bierge Huesca Aragón España



Fecha de la Actividad

De 05/10/2022 a 14/06/2023

Página web del proyecto

<https://www.somontano.org>

<https://comarca.de.somontano.de.barbastro>

<http://instagram> <https://instagram.com/somontanodeporte>

Imagen de la Actividad

