## **YOGA EN SILLA**

# Red adscrita \*\* Salud Comunitaria Aragón

#### **Temas**

Personas mayores, Actividad física.

## Descripción

YOGA ADAPTADO PARA PERSONAS QUE NO PUEDEN REALIZAR EJERCICIOS EN SUELO

EL OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD ES MANTENER LA FUNCION FISICA EL MAYOR TIEMPO POSIBLE Y PREVENIR LA DEPENDENCIA

PRECIO: 20 EUROS/MES

Requisito: Ser socio/a del Hogar de Mayores

Actividad impartida por monitora titulada en Yoga.

### **Población**

Mayores de 65 años - Cualquiera (SOCIOS DEL HOGAR)

## Persona de contacto

BEATRIZ GABARRE (TRABAJADORA SOCIAL) (974481047) (cdsabi.iass@aragon.es)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

INSTITUTO ARAGONES SERVICIOS SOCIALES IASS HOGAR DE PERSONAS MAYORES

## Fecha de última actualización de la actividad

13/01/2025

### Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

No

## Localización

Avenida SERRABLO S/N 22600 Sabiñanigo HOGAR DE PERSONAS MAYORES IASS Sabiñanigo Huesca Aragón

