

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO EN EL HOGAR DE ANDORRA

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Actividad física.

Descripción

El servicio Comarcal de deportes de la Comarca Andorra Sierra de Arcos organiza periódicamente una actividad para trabajar fuerza, movilidad articular y otras aspectos físicos para mejorar la calidad de vida en general.

Es una actividad que se realiza siguiendo el calendario escolar (desde Octubre hasta Mayo inclusive)

Se realiza en las instalaciones de Hogar para jubilados de Andorra y dependiendo del grupo estos son sus horarios y días de dicha actividad. Recordamos que son clases de 45 minutos donde un profesional de deportes de nuestro servicio gestiona y realiza la sesión.

GRUPO
A: Lunes y Miércoles de 9:15 a 10:00 h.

GRUPO
B: Lunes y Miércoles de 10:00 a 10:45 h.

GRUPO
C: Martes y Jueves de 10:00 a 10:45 h.

GRUPO
D: Lunes y Miércoles de 11:45 a 12:30 h.

grupo
E: Martes y Jueves de 11:15 a 12:00 h.

Precio : 3 euros / mensuales.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Cualquier adulto menor de 65 años y que quiera realizar esta actividad también puede realizarla.)

Persona de contacto

José Ángel Alloza Blasco. Samuel Galve Magallón. Beatriz Ortín Lecina. Natalia Quilez Lafuente. (978844337) (deportes@andorrasierradearcos.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Comarca Andorra Sierra de Arcos.

Fecha de última actualización de la actividad

30/08/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Calle Escucha 2 44500 Andorra Teruel Aragón España



Página web del proyecto

<http://www.deportesandorrasierradarcos.com>