

# 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 otros 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@andorrasierredarcos.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.deportesandorrasierredarcos.com>