

Pilates

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Hombres, Actividad física.

Descripción

El pilates es una actividad que nos ayudará a tener un mejor tono muscular, sobre todo de los músculos largos del cuerpo, lo que mejora la elasticidad muscular y la movilidad articular. Además fortalece el abdomen y previene o disminuye los dolores de espalda, entre otros muchos beneficios.

Esta actividad se realiza martes y jueves de 17:30-18:30, en la 1ª planta del ayuntamiento de Alcolea de Cinca, plaza Mayor 1

Precio 80 euros/ anuales

Impartida por profesorado capacitado del departamento de educación de DGA, coincidiendo con el calendario escolar.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Ayuntamiento de Alcolea de Cinca (974468166) (albalate.comunitaria@salud.aragon.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Comarca Cinca Medio

Fecha de última actualización de la actividad

18/09/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Plaza Mayor 1 22410 Alcolea de Cinca Huesca Aragón España

