Paseos cardiosaludables-Torrijo de la Cañada

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Los paseos se realizan a las 9:30 am los jueves de marzo a octubre aproximadamente

. Primero se lleva a cabo un calentamiento, después caminamos durante unos 45-50 minutos y para terminar realizamos estiramientos. También hacemos alguna actividad de coordinación-concentración. Duración de una hora.

La actividad es gratuita y se adapta al ritmo de cada participante.

Salimos desde el consultorio de Torrijo de la Cañada (C/ Lavadero).

No es necesaria inscripción, sólo acudir a las 9:30 a la puerta del consultorio. Los días de paseo se anuncian mediante el bando municipal.

Actividad promovida por el centro de salud de Ateca y respaldada por el Consejo de Salud de Zona de Ateca.

Información actualizada a 08/07/25.

Población

Población General - Cualquiera (Actividad adaptada a los participantes)

Persona de contacto

Centro de Salud Ateca- Consultorio Torrijo de la Cañada (976842018) (ateca.comunitaria@salud.aragon.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de salud / Consejo de salud de Ateca

Fecha de última actualización de la actividad

17/11/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Lavadero 2 50217 Torrijo de la Cañada Torrijo de la Cañada Torrijo de la Cañada Zaragoza Aragón España



Imagen de la Actividad

¿Te da pereza salir a camin

¿Te due

¿Quieres mejorar tu salu
forma fácil, barata, agrad
todas las edade

Apúntat