Educación para la salud. Gimnasia de mantenimiento

Red adscrita ** Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Actividades de gimnasia de mantenimiento para adultos

Martes y miércoles de 16:30 a 17:30 en el salón de actos de la Casa de cultura. Actividad del Aula de adultos que incorpora diferentes técnicas saludables pilates, yoga, stretching, taichi, baile, ejercicios en silla, etc. adaptadas a las necesidades personales de las y los participantes

Población

Población General - Cualquiera (Mayores de 18 años)

Persona de contacto

Chusé Manuel Tobajas (640288988) (chusetobajas@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ayuntamiento de Almonacid de la Sierra

Fecha de última actualización de la actividad

27/06/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Constitución 0 50108 salón de actos Casa de cultura Almonacid de la Sierra Zaragoza Aragón España C. Remedio C. Principe Panadería Luis Ángel Viñedos Y Bodegas Pablo Casa Rural la Rinconada de la Sierra Panadería Aneta Plaza Aragón Mesón de los 20 Platos Clavel Plaza del Bar Balam 🚺 Mesón Av. Cosuenda C. Arreñales Google Map data @2025 Google, Inst. Geogr. Nacional

Fecha de la Actividad

De 25/09/2023 a 19/06/2026

Imagen de la Actividad

