Educación para la salud. Gimnasia de mantenimiento

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

26/06/2026

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

Fecha de la Actividad

De 25/09/2026 a 19/06/2027

Imagen de la Actividad