

Calistenia intergeneracional

Red adscrita



Euskadi Aktiboa



Temas

Actividad física.

Descripción

Con esta actividad de calistenia, Getxo Kirolak busca promover cambios en los hábitos de práctica de actividad física de las personas participantes con el objetivo de mejorar su calidad de vida y salud.

Se organiza semanalmente una sesión gratuita, los domingos de 10h. a 11h. en el parque diseñado al aire libre para esta modalidad y próximo a la playa de Ereaga (Getxo).

La calistenia consiste en la mejora de la fuerza usando como resistencia el propio cuerpo, y se practica sin límite de edad. En nuestro caso, se incentiva con un enfoque intergeneracional y sin requerimiento de una buena condición física previa.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Área de Deportes de Getxo Kirolak (944308070) (atencionalclientegk@getxo.eus)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Getxo Kirolak

Fecha de última actualización de la actividad

24/09/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Paseo Muelle Ereaga s/n 48931 Getxo Muelle Ereaga Getxo Bizkaia Euskadi España



Fecha de la Actividad

De 17/09/2023 a 23/06/2024

Página web del proyecto

<https://www.getxo.eus/es/kirolak/home-getxo-kirolak>

Imagen de la Actividad



