# Paseos por Calatorao 2024

## Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

## Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

## Descripción

La actividad se realiza los viernes de 9 a 10 h partiendo de las Piscinas de Calatorao.

Las personas que mantienen una vida activa viven más años y con mejor calidad de vida que las personas que mantienen una actitud sedentaria. El ejercicio físico se presenta, a cualquier edad, como un agente beneficioso para la salud. En el caso de las personas mayores, además de sus beneficios generales, la práctica regular de actividad física es fundamental para mantener la autonomía personal e intensificar las relaciones sociales.

Las personas interesadas pueden apuntarse en el Ayuntamiento.

## Población

Población General - Cualquiera ()

## Persona de contacto

Departamento de Deportes de la Comarca de Valdejalón. (976811880) (gmanjon@salud.aragon.es)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Departamento de Deportes de la Comarca de Valdejalón.

## Fecha de última actualización de la actividad

30/04/2024

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Avenida Ronda prolongación 4 50280 Calatorao Calatorao Zaragoza Aragón España




## Página web del proyecto

https://valdejalon.es/areas/deportes/