Paseos por La Almunia

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

La actividad se realiza los martes en horario de 11:15 a 12:15 h de la mañana.

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.

Interesados apuntarse en el Pabellón.

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 Valdejalon

Fecha de última actualización de la actividad

07/05/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Ronda Cortes de Aragon s/n 50100 Almunia de Doña Godina, La Zaragoza Aragón España

