MARCHA RITMICA

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Actividad física.

Descripción

La Marcha Rítmica es modo de caminar con técnicas mejoradas que utiliza un tipo de bastones concretos para trabajar las piernas y la parte superior del cuerpo. Es un entrenamiento completo, efectivo, divertido y social en el que puedes realizar en el exterior durante todo el año.

La actividad se realizará en Sabiñanigo y alrededores los lunes de 16.30 a 18.30 h.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

Persona de contacto

BEATRIZ O NOELIA (974481047) (bgabarref@aragon.es)

Fecha de última actualización de la actividad

01/06/2025

Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

Gratuita

No

Localización

Avenida SERRABLO S/N 22600 sabiñanigo HOGAR DE PERSONAS MAYORES DE SABIÑANIGO Abiego Huesca

Aragón España

Fecha de la Actividad

De 14/10/2024 a 31/05/2025