

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

29/10/2024

Situación actual de la actividad

Activa

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