MUSA: Encuentros saludables

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Actividad física.

Descripción

Dentro de la perspectiva de cuidado de la Salud que MUSA defiende, el hacer ejercicio es una de las actividades que más nos pueden ayudar a lograr este objetivo.
Además de las salidas semanales del grupo de Andarinas y Estiradas, la otra actividad semanal es nuestro encuentro saludable, que a lo largo del año estará guiado por las fisioterapeutas Myriam Stokman (del Centro de Salud), Isabel López y la matrona del Centro de Salud Sofía Vargas.

Objetivo:
Aprender a ejecutar correctamente ejercicios que podamos implantar en el día a día con consciencia de para qué nos pueden ayudar

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Mujeres ()

Persona de contacto

Raquel Sarasa; Manuela Gómez (624389706) (asociacionmusabi@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

MUSA / Centro de Salud de Sabiñánigo / Isabel López Fisioterapia

Fecha de última actualización de la actividad

02/01/2026

Situación actual de la actividad

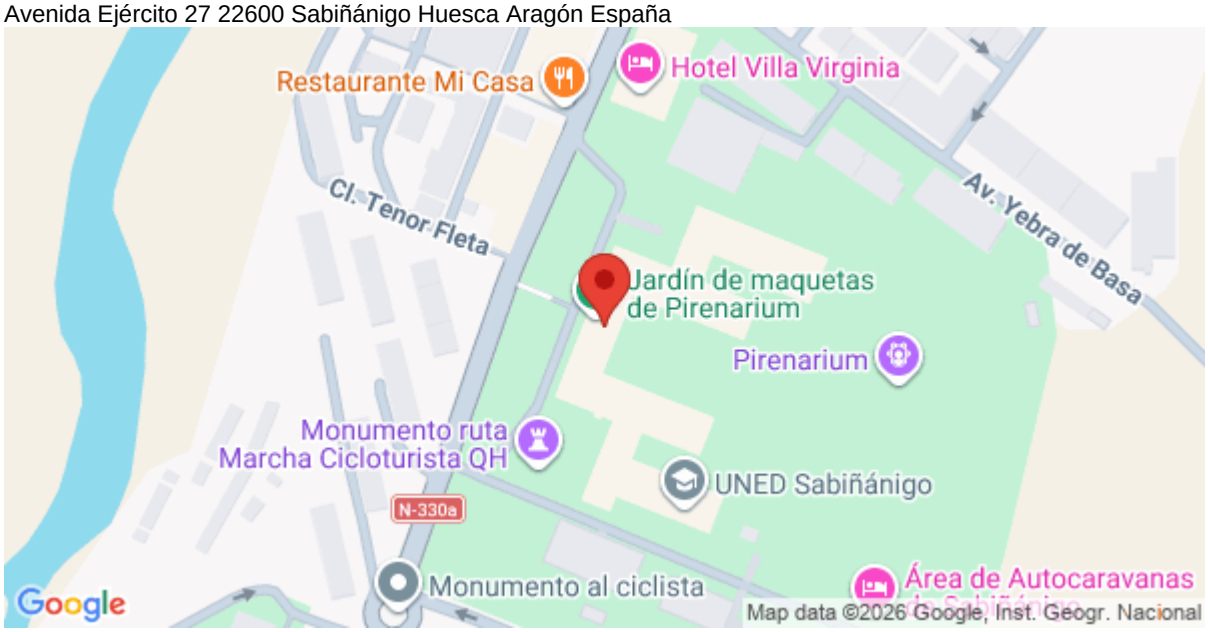
Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida Ejército 27 22600 Sabiñánigo Huesca Aragón España



Página web del proyecto

https://www.asociacionmusa.es/
https://m.facebook.com/asociacionmusa

Imagen de la Actividad

Image not found or type unknown