

# GIMNÀS PER A GENT GRAN

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física.

---

## Descripción

Gimnàs per a gent gran que ajuda a millorar l'elasticitat i relax del cos, augmenta la vitalitat i la qualitat de vida.

Horari: Dimecres de 16:00h a 17:00h

Lloc: Sala del Centre Cívic

Preu: Gratuït.

---

## Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Navata)

---

## Persona de contacto

Sílvia Gómez Marcó (972565004) (ajuntament@navata.cat)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament de Navata

---

## Fecha de última actualización de la actividad

15/04/2026

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle de la Creu 13 17744 Navata Navata Girona Cataluña España



## Página web del proyecto

<http://www.navata.cat>