Paseos saludables y estiramientos funcionales

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Actividad física.

Descripción

MARTES de 10:30 a 12h. Frecuencia: semanal

VIERNES de 10:30 a 12:00. Frecuencia: semanal

Lugar de quedada: frente a la estación de autobuses. (Avenida de la Jacetanía, 11).

Paseos a un ritmo calmado durante 50 minutos aproximadamente,, por los alrededores de Jaca, fomentando la participación y el apoyo entre los participantes del grupo.

Al finalizar, se realizarán estiramientos adaptados a cada participante al aire libre.

Población

Mayores de 65 años - Otras opciones (Personas con discapacidad, personas con Grado de dependencia. Personas empadronadas en Jaca o alrededores.)

Persona de contacto

Maider García Alma Collado Lucía Hereza (646112475) (almacollado@redarcadia.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Fundación Agustín Serrate_ARCADIA

Fecha de última actualización de la actividad

29/09/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida Jacetania 11 22700 Jaca Jaca Huesca Aragón España



Fecha de la Actividad

De 03/07/2026 a 27/08/2027

Página web del proyecto

https://redarcadia.es/paseos-terapeuticos-en-jaca/

Imagen de la Actividad

Rutas De Bienestar

Actividades gratuitas para mejora el bienestar emocional y físico y fortalecer las relaciones con otras personas de la comunidad.

Actividades



Fisioterapia adaptada