Gimnasia de Mantenimiento

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas, Actividad física, Participación.

Descripción

Sesiones semanales de gimnasia de
mantenimiento para la población de la localidad de Cascante del Río de una
hora de duración (los miércoles de 17:30 a 18:30) impartidas por monitores del Servicio de
Deportes de la Comarca Comunidad de Teruel de cara a mejorar/mantener
su forma física a la par que mejorar su estado de ánimo con el
ejercicio físico y favorecer la socialización con los demás
participantes, lo que es importante también en poblaciones pequeñas
como esta.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Servicio de Deportes Comarca Comunidad de Teruel (687984546) (secretaria@comarcateruel.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Comarca Comunidad de Teruel

Fecha de última actualización de la actividad

18/08/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Camino Montanar 1 44191 Cascante del Río Cascante del Río Teruel Aragón España

Página web del proyecto

https://comarcateruel.es