Espacio de calistenia de Jasa

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

El espacio de calistenia de Jasa es una instalación deportiva al aire libre destinada a facilitar la práctica autónoma de ejercicio físico mediante diferentes elementos que permiten realizar ejercicios utilizando principalmente el propio peso corporal.

Las instalaciones ofrecen múltiples posibilidades para trabajar capacidades como la fuerza, la movilidad, el equilibrio, la coordinación y la resistencia, permitiendo adaptar los ejercicios a diferentes niveles de condición física.

Se encuentra integrado en una zona verde y arbolada, junto a otros equipamientos deportivos y de ocio, lo que permite realizar actividad física en un entorno agradable y al aire libre y favorece la combinación del ejercicio con otras formas de ocio activo.

Su carácter abierto y de uso libre facilita la incorporación de la actividad física a la vida cotidiana y amplía las posibilidades para practicar deporte sin necesidad de equipamiento propio. Constituye así un activo de salud comunitaria que contribuye a prevenir el sedentarismo, promover hábitos de vida activos y favorecer el bienestar físico y social de la población.

Su ubicación dentro del casco urbano facilita además su utilización habitual y complementa la oferta de espacios deportivos y saludables disponibles en Jasa.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Ayuntamiento de Jasa (974371431) (ayuntamiento@jasa.es)

Fecha de última actualización de la actividad

09/10/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Mayor 3 22731 Jasa Huesca Aragón España



Página web del proyecto

https://www.jasa.es/espacio-calistenia

Imagen de la Actividad

