Espacio biosaludable de Jasa

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

El espacio biosaludable de Jasa es una instalación de ejercicio al aire libre situada junto a la iglesia, en el jardín de la Abadía, dentro de una zona verde y tranquila en pleno casco urbano.

Dispone de diferentes aparatos que permiten realizar ejercicios de baja intensidad orientados al mantenimiento de la movilidad, la coordinación, el equilibrio y la condición física general. Sus características lo hacen especialmente adecuado para personas mayores, aunque puede ser utilizado por personas de diferentes edades y condiciones físicas.

Constituye un activo de salud comunitaria al facilitar la práctica cotidiana de actividad física de forma autónoma, gratuita y al aire libre, contribuyendo a prevenir el sedentarismo y la pérdida de capacidades funcionales y favoreciendo el mantenimiento de la autonomía personal y un envejecimiento activo y saludable.

Su ubicación en una zona verde, accesible y próxima a otros espacios de encuentro del casco urbano favorece además el paseo, la permanencia al aire libre y las relaciones sociales, combinando ejercicio físico, ocio y convivencia en un mismo entorno.

Se trata de un espacio de uso libre que amplía las oportunidades para mantenerse activo y cuidar la salud y el bienestar dentro del propio municipio.

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

Plaza Asunción 5 22731 Jasa Huesca Aragón España



Página web del proyecto

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

Imagen de la Actividad

