

Estiraments per a la gent gran.

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

Vols millorar la teva mobilitat? Et proposem fer estiraments cada dimecres i divendres, de 16h a 17h, a la Societat. Mes de juliol i agost tancat.

Millora la teva mobilitat, flexibilitat, agilitat i coordinació de moviments per mitjà de senzills exercicis. Només calen ganes de passar-ho bé, i calçat i roba còmoda.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

Persona de contacto

Júlia Gil Vilar (972547069) (alcaldia@avinyonetdepuigventos.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament d'Avinyonet de Puigventós

Fecha de última actualización de la actividad

14/05/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Pous i Pagès 1 17742 Avinyonet de Puigventós Girona Catalunya España



Página web del proyecto

<http://www.avinyonetdepuigventos.cat>