

# Proyecto Tipi-Etapa

Red adscrita  Euskadi Aktiboa 

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

## Descripción

Los recorridos programados son llanos y cortos con el fin de que las personas que no realizan actividad física se muevan paseando. Las salidas se han programado un día concreto de la semana, los miércoles, y siempre tienen el mismo punto de salida y horario (11:00). Los participantes se reúnen junto a la señal Tipi-Etapa colocada en la Plaza Areizaga-Kalebarren, en cada salida están acompañados de un monitor deportivo y de voluntarios de las asociaciones locales colaboradoras con el programa. Los monitores deportivos reparten a los participantes unos petos identificativos, además de una ficha de seguimiento de las salidas, donde se sella cada asistencia realizada.

El recorrido tiene una duración aproximada de una hora y no es necesario apuntarse previamente. De enero a diciembre está previsto realizar recorridos guiados una vez por semana (los miércoles a las 11:00 horas en Areizaga-Kalebarren), Uno de los objetivos es mejorar la capacidad física de las personas de edad.

## Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

## Persona de contacto

Miguel Angel Cristobal Garcia (943038088) (urretxu@urretxu.eus)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Urretxuko Udala

## Fecha de última actualización de la actividad

25/03/2024

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Avenida Areizaga-Kalebarren S/N 20700 GIPUZKOA Urretxu Gipuzkoa Euskadi España



## Página web del proyecto

<https://urretxu.eus/es/>

## Imagen de la Actividad

