Servicio de orientación de actividad física

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Actividad física.

Descripción

Qué es:

Es un servicio para dar a conocer los beneficios de la actividad deportiva al mayor número de personas, con el objetivo de mejorar su salud física, psíquica y social. Para ello se ofrece de manera GRATUITA orientación y seguimiento PERSONALIZADO, independientemente de su edad,sexo o dificultades propias o externas.

Cómo funciona:

Una persona experta en Actividad Física y Deporte te propondrá una cita para conocer tus intereses y dificultades para dar el salto a un estilo de vida activo. Para ello, de forma individualizada, te ofrecerá y acompañará en la inclusión del hábito del ejercicio físico a tu vida diario.

Contacto

Jerai López - 945567929 - aurrera@arratzua-ubarrundia.eus

Fecha de última actualización del recurso

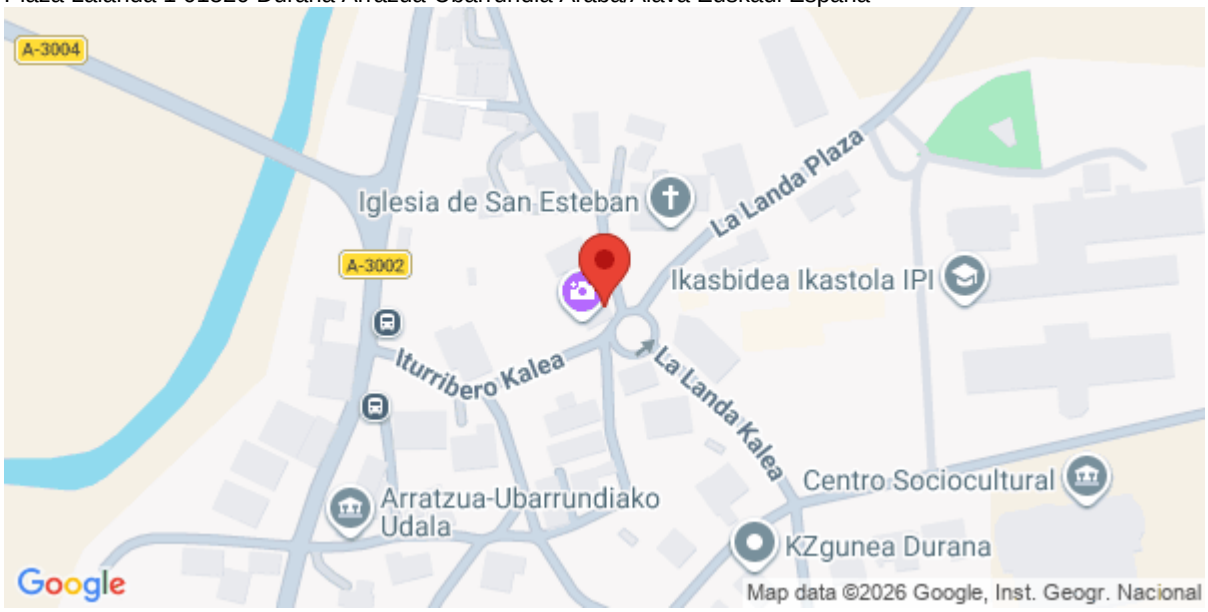
13/02/2020

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Plaza Lalanda 1 01520 Durana Arrazua-Ubarrundia Araba/Álava Euskadi España



Página web del proyecto

http://www.arratzua-ubarrundia.com

Imagen del Recurso

