Rutas de senderismo

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Actividad física.

Descripción

En el entorno de Galdakao existen numerosas rutas de senderismo para todos los públicos. Muchas de ellas están señalizadas y balizadas por la asociación Ganguren Mendi Taldea. Puedes visitar su Web y ver todas las rutas indicadas y las actividades que realizan. http://www.gangurenmt.net/index.php?lang=es-ES

Además, Galdakao cuenta con otras rutas más sencillas y cortas como la de la Presa Arantxille.

Realizar ejercicio físico al aire libre y en la naturaleza ofrece un efecto terapéutico en la mente y el cuerpo. Reduce los niveles de estrés, ansiedad y depresión, así como mejora el estado de ánimo.

¡Recuerda siempre que respetar y cuidar el entorno natural es tarea de todos y todas!

Contacto

688 885 032 - gangurenmt@gmail.com

Fecha de última actualización del recurso

20/05/2024

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Aranzelai Bidea 10 48960 Galdakao Bizkaia Euskadi España



Página web del proyecto

http://www.gangurenmt.net/index.php?lang=es-ES