

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

---

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

---

## Descripción

Actividades deportivas ofertadas y dirigidas a la ciudadanía con el objeto de mejorar la calidad de vida a través del ejercicio físico.

Se distingue entre las actividades de verano (Julio y agosto) y las actividades de temporada (De octubre a junio).

### **Actividades Temporada 2023/2024:**

Gimnasia de Mantenimiento

Gimnasia Fitness

Gym Cuerpo Mente Espíritu

Karate Nanbudo Adultos

Karate Nanbudo Infantil

Defensa Personal Femenina (ESO / Adultas)

Padel (ESO)

### **Actividades Verano 2023:**

Gimnasia Fitness

Aquaerobic-Aquagim

Natación Adultos

Natación Infantil

---

## Contacto

Jose Gros (Coordinador deportivo municipal) - 974464721 - pmd@mequinensa.com

---

## Fecha de última actualización del recurso

06/11/2023

---

## Situación actual del recurso

Activa

---

## Localización

Avenida Ctra. Fraga s/n 50170 MEQUINENZA Pabellón Polideportivo Mequinenza Zaragoza Aragón España

