UAF-BS COMARCA ANDORRA SIERRA DE ARCOS. DEPORTES

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Oferta
de actividades físico-deportivas beneficiosas para la salud
dirigidas
a la
población adulta y a la población de mayores.
Actividades
organizadas por el **Servicio**
Comarcal de deportes e
impartidas por monitores
y entrenadores de
su departamento.

Ofertamos
a los diferentes municipios de nuestra comarca una serie de Actividades físico-deportivas y cada población elige aquellas que susciten más su interés y demanda.

El
servicio que prestamos a las diferentes poblaciones de nuestra Comarca para **población adulta** se puede organizar en 3 grandes **BLOQUES o CAMPAÑAS**:

ACTIVIDADES
ANUALES: Aquellas actividades que se realizan siguiendo el calendario escolar. (entre finales de Septiembre a principios de Junio. Entre estas actividades para adultos podemos concretar las siguientes:

-

PILATES -AEROBIC-STEP -ZUMBA-BADMINTON ADULTOS-HIPOPRESIVOS -GIMNASIA MANTENIMIENTO-PATINES ADULTOS-PASEOS SALUDABLES - GIMNASIA PARA PERSONAS MAYORES -TONIFICACION

ACTIVIDADES
DE VERANO:
Aquellas actividades que se realizan en los meses julio y Agosto en general. Entre estas actividades para adultos podemos concretar las siguientes:

-

AQUAGYM - NATACION PARA ADULTOS- NATACION PARA PERSONAS MAYORES-GIMNASIA DE MANTENIMIENTO -PASEOS SALUDABLES -AEROBIC-STEP-ZUMBA

ACTIVIDADES
Y/O EVENTOS PUNTUALES:
Aquellas actividades deportivas que se organizan en una fecha concreta. Pueden modificarse de localidad, fecha y pueden desaparecer o crearse nuevos eventos cada año. Entre estas actividades para adultos podemos concretar las siguientes:

-

MARCHAS SENDERISTAS-PASEOS SALUDABLES-CARRERAS POR MONTAÑA -MARCHAS CICLOTURISTAS -CARRERAS DE CROSS-TORNEOS DEPORTIVOS
-CARRERAS
DE ASFALTO - EVENTOS DEPORTIVOS EN LAS FIESTAS POPULARES -MARCHAS CICLOTURISTAS -OTROS EVENTOS A DEMANDAR.

La Comarca de Andorra Sierra de Arcos tiene **3** **subsedes** de la **UAF-BS** , correspondientes a las zonas básicas de Salud.

SUBSEDE
UAF-BS ZONA BASICA ALCORISA – COMARCA ANDORRA SIERRA DE ARCOS.

Estas actividades están organizadas por el Servicio Comarcal de deportes dentro de la SUBSEDE UAF-BS ALCORISA ,zona básica de salud donde están los siguientes municipios de nuestra Comarca: CRIVILLEN, EJULVE, ESTERCUEL y GARGALLO

LOCALIDAD DE **CRIVILLEN :** Gimnasia Mantenimiento. (Monitora: Beatriz)Horario: Martes y Jueves de 10:45 a 11:30 horas .

Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD DE **EJULVE**:

Paseos Saludables.(Monitora: Bea)Horario: Jueves de 9:15 a 10:15 horas .**Precio Gratis** Tonificación. (Monitora: Natalia)Horario: Martes y Jueves de 17:45 a 18:30 horas . Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD DE **ESTERCUEL :** Paseos Saludables. (Monitora: Beatriz)Horario: Martes de 9:15 a 10:15 horas . **Precio: Gratuito** Aerobic-Zumba- Batuka. (Monitora: Natalia)Horario: Martes y Jueves de 16:45 a 17:30 horas . Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo) Gimnasia Mantenimiento.(Monitora :Natalia)Horario: Martes y Jueves de 16:00 a 16:45 horas. Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD DE **GARGALLO:** Gimnasia Mantenimiento. (Monitora: Natalia)Horario: Martes y Jueves de 18:45 a 19:30 horas. Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) //

40

€ Cuatrimestre (Ener-Mayo)

SUBSEDE
UAF-BS ZONA BASICA ANDORRA- COMARCA ANDORRA SIERRA DE ARCOS

Estas actividades están organizadas por el Servicio Comarcal de deportes dentro de la SUBSEDE UAF-BS ANDORRA ,zona basica de salud donde estan los siguientes municipios de nuestra Comarca: ALLOZA, ANDORRA, ARIÑO y OLIETE.

LOCALIDAD

DE **ALLOZA :** Tonificación . (

Monitora: Natalia)Horario: Lunes y Miercoles de 17:00 a 17:45 horas

. Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 €

Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Gimnasia Mantenimiento. (Monitora: Beatriz)Horario: Lunes y

Miercoles de 10:15 a 11:00 horas Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic)

// 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Pilates (Monitora: Natalia)Horario: Martes y

Jueves de 10:45 a 11:30 horas . Precio:

25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Patinaje de

Adultos . (Monitor: Samuel)Horario: Miercoles de 18:00

a 18:45 horas . Precio: 12 € trimestre (

Oct-Dic) // 20 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD
DE **ANDORRA :** HOGAR DE PERSONAS MAYORES DE
ANDORRA. Gimnasia Mantenimiento para
personas mayores . Horarios grupos diversos:
Lunes y Miercoles de 9:15 a 10:00 horas. (
Monitora:Natalia)
Lunes y Miercoles de 10.00 a 10:45 horas.(Monitora:Natalia)
Lunes y
Miercoles de 11.00 a 11:45 horas.(Monitora:Natalia)
Lunes y Miercoles de 10.00
a 10:45 horas.(Monitora:Samuel)
Martes y Jueves de 10.00 a 10:45 horas.(
Monitora:Samuel)
Precio: 15 € trimestre (Oct-Dic) // 23 € Cuatrimestre (
Ener-Mayo) Pilates
para personas mayores . Horarios grupos diversos:
Viernes
de 11:30 a 12:15 horas. (Monitora:Natalia)
Viernes de 12:15 a 13:00
horas. (Monitora:Natalia)
Precio: 9 € trimestre (Oct-Dic) //
15 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD
DE **ARIÑO :**
Gimnasia Mantenimiento.(Monitora: Beatriz)Horario:Lunes y
Miercoles de 11:15 a 12:00 horas. Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic)
// 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

LOCALIDAD
DE **OLIETE :** Tonificación.
(Monitora: Natalia)Horario: Lunes y Miercoles de 18:15 a 19:00
horas . Precio: 25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 €
Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Pilates.
(Monitora: Natalia)Horario: Lunes y Miercoles de 20:15 a 21:00
horas .

Precio:

25 € trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Paseos

Saludables locales.

(

Monitora: Beatriz)

Horario:

Viernes

de 10:00

a 11:00

horas. **Precio:**

Gratuito.

SUBSEDE UAF-BS ZONA BASICA MUNIESA- COMARCA ANDORRA SIERRA DE ARCOS

Estas actividades están organizadas por el Servicio Comarcal de deportes dentro de la SUBSEDE UAF-BS MUNIESA ,zona basica de salud donde estan los siguientes municipios de nuestra Comarca: ALACON.

LOCALIDAD

DE **ALACON :**

Gimnasia Mantenimiento.(Monitora: Beatriz

)Horario:Lunes y Miercoles de 11:15 a 12:00 horas. Precio: 25 €

trimestre (Oct-Dic) // 40 € Cuatrimestre (Ener-Mayo)

Paseos Saludables locales.

(Monitora: Bea) Horario: Viernes de 10:00 a 11:00 horas. **Precio:**

Gratis.

Para
inscribirse o informarse contactar con los **monitores/ entrenadores**
que realizan dichas clases en vuestros respectivas localidades o
llamando directamente al servicio de deportes Comarca.

Teléfono
Oficina: 978 84 43 37. WhatsApp:659 71 29 59.

Correo
electrónico: deportes@andorrasierradearcos.com

Presencialmente:
Sede Comarcal en
calle Candela nº 2. (Junto a la Iglesia de Andorra).

Toda
esta información se puede consultar en la **pagina**
web oficial
del servicio de deportes de la **Comarca**
de Andorra Sierra de Arcos:
http://www.deportesandorrasierradearcos.com

Contacto

Jose Angel Alloza Blasco - 978844337 - deportes@andorrasierradearcos.com

Fecha de última actualización del recurso

06/11/2023

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Candela 2 44500 Personas entre 30 y 64 años - Cualquiera Andorra Teruel Aragón España



Página web del proyecto

http://www.deportesandorrasierradearcos.com

Imagen del Recurso

