



## 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-HIOPRESIVOS -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) //

€ 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:**

**Gratis.**

**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](mailto: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 **página**  
**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

