Servicio Comarcal de Deportes Ribagorza

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Actividad física, Participación.

Descripción

Resumen de las actividades desarrolladas por el Servicio Comarcal de Deportes, en los municipios que forman parte de la zona de salud de Castejón de Sos.

Los datos de contacto para las actividades son:

Comarca de Ribagorza
(Servicio de deportes)

Graus – 974546562 **Benasque - 974551586**

actividadesscd@cribagorza.org

www.deportesribagorza.com

Horario de atención:
9.00 – 14.00 h.

-PRECIOS ACTIVIDADES:

Depende del Nº de sesiones por semana:

1 S/S = 12.50 €
(10 € jubilados y minusv.).

2 S/S = 20 € (10
€ jubilados y minusv.).

3 S/S = 28.50 €
(15 € jubilados y minusv.).

4 S/S = 36 € (20
€ jubilados y minusv.).

CASTEJÓN DE SOS:

-ACTIVIDADES:

- PASEOS SALUDABLES. M – J, 10.30 H.
- HIPOPRESIVOS. M – J, 19.00 H.
- PILATES. M – J. 18.00H, M – J, 19.30 H (avanzado), M – J, 09.15 H.
- YOGA. L – X, 10.00 H, L – X, 17.45 H, L 19.00 H, X 19.00 H (dinámico).
- HIIT. L – X 19.30 H, X 09.15 H.
- RIBAPUMP. M – J, 17.00 H.
- ESPALDA SANA. L – X, 17.00 H.
- SENDERISMO. V, 09.30 H.
- VOLEIBOL. L, 16.00 H.
- MULTIDEPORTE. J, 16.00 H.

BENASQUE:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA
  DE MANTENIMIENTO. L – X, 09.00 H.
- HIPOPRESIVOS. L – X, 10.00 H.
- PILATES. L – X, 10.30 H, L –X, 17.00 H, M – J 09.00 H (avanzado), M – J, 20.15 H.
- YOGA. L, 16.00 H, M – J, 18.45 H, M, 10.00 H, J, 20.00 H (dinámico).
- GIMNASIA DE MAYORES. L – X, 16.00 H.
- ENTRENAMIENTO FUNCIONAL. M – J, 10.00 H.
- HIIT. M – J, 19.00 H.
- SENDERISMO. V, 09.30 H.
- CICLO INDOOR. L – X, 20.00 H.
- ESPALDA SANA. M – J, 17.45 H.
- CORE-FIT.
  L – X, 18.00 H.

LASPAÚLES:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA DE MAYORES. M – J, 16.30 H.
- CICLO INDOOR. M – J, 19.30 H.
- PILATES. M – J, 17.30 H.
- BAILE COREOGRAFIADO. M – J, 18.30 H.
- YOGA. V, 17.30 H.

MONTANUY:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA
  DE MAYORES MONTANUY PUEBLO. L – X, 09.30 H.
- GIMNASIA
  DE MAYORES NOALES. M – J, 10.15 H.
- CICLO
  INDOOR AYTO. MONTANUY. M – J, 18.45
  H.
- PILATES
  AYTO. MONTANUY. M – J, 19.45 H.
- YOGA
  NOALES. V, 19.00 H.

SEIRA:

-ACTIVIDADES:

- PILATES.
  L, 20.00 H.
- PASEOS
  SALUDABLES. M, 16.30 H.

VILLANOVA:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA DE MAYORES. M – J, 12.00 H.
- FLEXIBILIDAD. L – X, 18.30 H.

SAHÚN:

-ACTIVIDADES:

- YOGA. X, 16.00 H.

CERLER:

-ACTIVIDADES:

- HIPOPRESIVOS. L, 18.00 H.
- PILATES. L –X, 18.30 H.
- YOGA. M – J, 17.00 H.
- CORE-FIT. L, 17.30 H.

BISAURRI:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO. L – X, 11.00 H.

SESUÉ:

-ACTIVIDADES:

- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO. L, 16.00 H.

EL RUN:

-ACTIVIDADES:

- CORE-FIT.
  L – X, 18.30 H.

Contacto

Marcos/Fernando - 974546562 - actividadesscd@cribagorza.org

Fecha de última actualización del recurso

12/12/2023

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Avenida 1 2 22466 Castejón de Sos Huesca Aragón España



Página web del proyecto

http://www.deportesribagorza.com
http://SCD Ribagorza
http://SCD Ribagorza

Imagen del Recurso

Programa
Actividades Deportivas
2023 / 2024



NUEVA
TEMPORADA

RESPIRA