

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](mailto:actividadesscd@cribagorza.org)

[www.deportesribagorza.com](http://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 AYT. 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@cribatorza.org

---

## Fecha de última actualización del recurso

12/12/2023

---

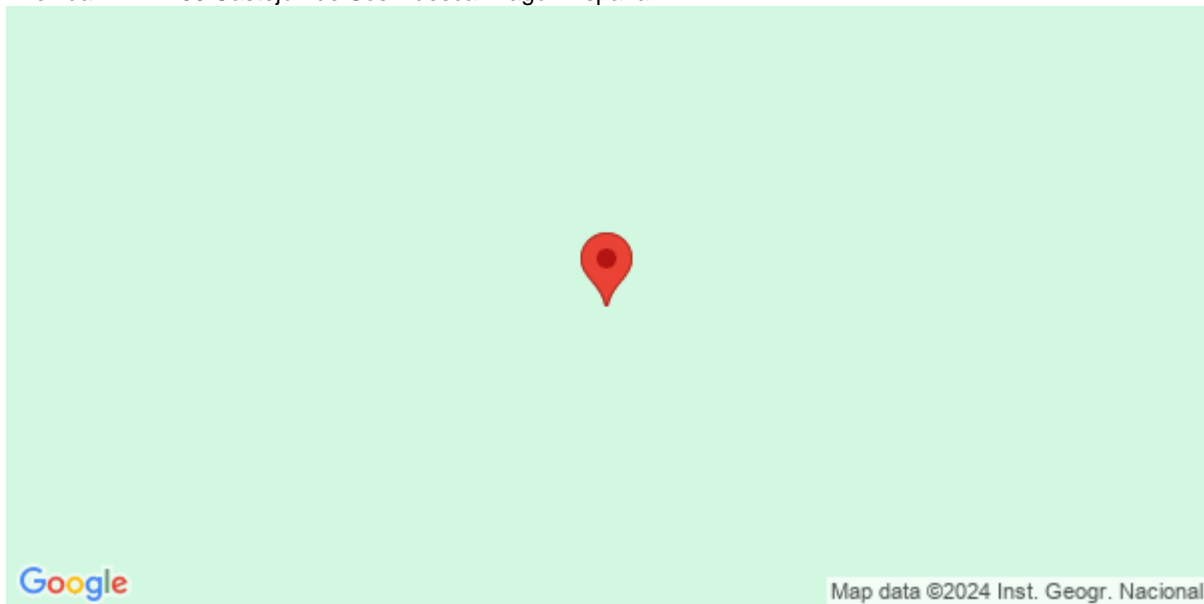
## Situación actual del recurso

Activa

---

## Localización

Avenida 1 2 22466 Castejón de Sos Huesca Aragón España



---

## Página web del proyecto

<http://www.deportesribatorza.com>

<http://SCD Ribatorza>

<http://SCD Ribatorza>

---

# Imagen del Recurso



Programa  
Actividades Deportivas  
2023 / 2024



**NUEVA  
TEMPORADA**



**RESPIRA**

