

“Punto Activo de San Agustín de Guadalix”

SAN AGUSTÍN DEL GUADALIX

13.103 hab

Programa de promoción del ejercicio físico para la salud para adultos (entre 30 y 50 años). Es un programa estándar de iniciación a la práctica de ejercicio saludable, para adultos con perfil sedentario, para que adquieran hábitos de práctica de ejercicio físico y mejoren su salud, así como sus cualidades físicas y emocionales.

Se establece un punto de encuentro y se desarrolla en parques e instalaciones municipales. Se presentará también a los participantes la oferta deportiva municipal completa para que tengan otras opciones complementarias de ejercicio físico. Se desarrolla a lo largo de todo el curso, dos días a la semana durante una hora.

Fechas: Octubre de 2018 a junio de 2019.

Contacto: amprieto61@hotmail.com;

Más información: www.sanagustindelguadalix.net



III Edición
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

