



AYUNTAMIENTO
EL BOALO•CERCEDA•MATAELPINO

SALUD ACTIVA EL BOALO-CERCEDA-MATAELPINO CON TALLER DE INICIACIÓN

EL BOALO-CERCEDA-MATAELPINO

8.424 Habitantes

El proyecto "Salud Activa El Boalo-Cerceda-Mataelpino con Taller de Iniciación" tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar de la población del municipio mediante la integración de la práctica de actividad física y ejercicio físico en sus estilos de vida.

Los destinatarios son adultos y mayores sanos sedentarios y/o inactivos.

Las actividades principales incluyen 17 talleres de iniciación al ejercicio físico, que se compaginarán con rutas saludables a través del Metro minuto El Boalo-Cerceda-Mataelpino. Los talleres abarcan diversas actividades como Pilates, Gimnasia de mantenimiento, Calistenia y Bádminton. Cada taller se desarrollará durante cuatro semanas, con una sesión semanal de aproximadamente 60 minutos.

El proyecto se apoya en la colaboración entre los centros sanitarios del municipio y los servicios deportivos municipales. Los usuarios serán derivados desde los centros de salud a los servicios deportivos, donde recibirán asesoramiento técnico personalizado y participarán en los talleres de iniciación. Además, se implementará una Unidad Activa de Ejercicio Físico (UAEF) para coordinar y supervisar las actividades.

La difusión del proyecto se realizará a través de redes sociales y cartelería. La evaluación del proyecto incluirá encuestas de satisfacción y seguimiento de los participantes para ajustar y mejorar las actividades en futuras ediciones.

Fechas: octubre de 2025 a junio de 2026

Contacto: adl@bocema.org

Más información: www.elboalo-cerceda-mataelpino.org

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

