

CANENCIA PUNTO ACTIVA 2025-2026

CANENCIA
460 Habitantes

El proyecto "Canencia Punto Activa 2025-2026" tiene como objetivo fomentar la actividad física y la adquisición de hábitos saludables entre los habitantes de Canencia.

Los destinatarios son todos los grupos de población del municipio, con actividades específicas para jóvenes, adultos y mayores.

Las actividades principales incluyen acondicionamiento físico para jóvenes de 16 a 40 años, Pilates para adultos de 30 a 60 años y gimnasia adaptada para mayores de 60 años. Estas actividades se realizarán tanto en espacios interiores como exteriores, como el polideportivo municipal y parques biosaludables.

El proyecto también contempla talleres de iniciación a la práctica deportiva, con tres sesiones de dos horas cada una, y un "Encuentro final de Puntos Activa" en junio, que reunirá a varios municipios de la Sierra Norte para compartir experiencias y evaluar los resultados del programa.

Además, se realizará el estudio "Medida Activa" para valorar los efectos de las actividades en la salud de los participantes.

El proyecto cuenta con la colaboración de centros de salud, servicios sociales y otros ayuntamientos de la Sierra Norte.

La difusión del proyecto se llevará a cabo a través de la página web municipal, boletines informativos, carteles en lugares frecuentados por los vecinos y la aplicación Bandomóvil.

Fechas: octubre de 2025 a junio de 2026

Contacto: ayuntamiento@canencia.es; empleo@canencia.es;

Más información: www.canencia.es

