



**“Proyecto Punto Activo para personas mayores”**

**FUENTIDUEÑA DE TAJO**

1.985 hab.

Programa de promoción de la práctica de actividad física y de fomento de hábitos saludables, se desarrolla entre octubre de 2019 y junio de 2020. Es un programa estándar de iniciación a la práctica de ejercicio saludable, para personas mayores con perfil sedentario que quieran iniciarse o retomar la práctica de ejercicio físico. Se impartirá en sesiones de 1 hora, 2 días a la semana aprovechando la instalación de elementos biosaludables para la práctica deportiva en el Parque Municipal, y cuando las inclemencias del tiempo sean desfavorables se cuenta con el Pabellón Municipal para el desarrollo de la actividad. Se realizará intercambio con Belmonte de Tajo.

**Contacto:** [adl@aytofuentiduenatajo.es](mailto:adl@aytofuentiduenatajo.es)

**Más información:** [www.fuentiduenadetajo.org](http://www.fuentiduenadetajo.org)

*V Edición*  
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE  
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

