

Actividades físicas dirigidas a personas mayores

29/06/2018

Finaliza el II curso de Actividades Físicas dirigidas a personas mayores ¡PONTE LAS ZAPATILLAS!



Esta actividad está dirigida por Jorge Moreno Celma, Terapeuta Ocupacional de la Residencia Municipal, es el segundo año que se realiza con éxito, se descansa en los meses de verano y se retomarán en septiembre. Las inscripciones estarán abiertas en la Residencia Municipal y en la Asociación de la 3ª edad.

El programa que incluye **Espalda sana + Gimnasia de mantenimiento** ha sido valorado muy positivamente por las personas mayores, que con constancia y mucha energía asisten a su cita semanal con el deporte.

Uno de los objetivos de esta actividad es mejorar la calidad de vida de nuestras personas mayores "Esta es una pequeña muestra de que desde el Ayuntamiento se está trabajando por y para las personas".