

PROGRAMA D'ACTIVITAT FÍSICA I GENT GRAN A PREIXENS

És SUBVENCIONAT per l'Ajuntament

GRATUÏT

- Qui hi pot participar?



Adreçat a persones majors de 65 anys

Grup amb places limitades



- Què farem?



Sessions d'activitat física i salut

Treballarem la força, la resistència, l'equilibri i la coordinació

Proposta, seguiment i control del treball individual complementari

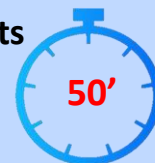
- On i quan ho realitzarem?

La durada de l'activitat serà de 50 minuts

Inici: dijous 28 d'octubre de 2021

Lloc: Local Social de Pradell

Horari: 11:35h – 12:25h



SEMPRE complint les MESURES COVID-19



- Com apuntar-se?



Inscripcions a través de l'Ajuntament de Preixens

Per a més informació:

consellesportiu@ccnoguera.cat

973 450 178 o bé 691 406 726