

viernes 15 de septiembre de 2023

OCHO TALLERES DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO PARA LOS MAYORES



Hoy se ha presentado el Programa de Envejecimiento Activo para el curso que comienza 2023/2024, con la participación de un gran número de vecinos mayores de 60 años, pensionista y/o personas con diversiones funcional mayores de 18 años, interesados en continuar con su vida activa y dinámica.

La alcaldesa, Lola Romero, ha felicitado al colectivo de mayores por su energía y actividad, siempre participativos y dispuestos a seguir trabajando por mejorar su mente y su cuerpo. Junto a la delegada de mayores, Rosa Cerrejón,

han explicado los objetivos para este año.

Serán 8 los talleres a los que podrán optar los mayores:

- Gimnasia de mejora física
- Sevillanas y Castañuelas
- Memoria
- Zumba adaptado
- Bailes latinos
- Cocina
- Pilates adaptado
- Yoga adaptado

Las inscripciones podrán realizarse del 18 al 21 de septiembre para socios/empadronados y el 22 de septiembre para usuarios/no empadronados, En el CPA 'Dr. Pérez Vega' Calle Duque de RIVAS Nº74 EN HORARIO DE 9.00 A 14:00 horas.

Los talleres darán comienzo el 2 de octubre.



Puedes comprobar los horarios y calendarios [aquí](#). [

</export/sites/bormujos/.galleries/documentos-noticias/actualidad/FOLLETO-ENVEJECIMIENTO-ACTIVO.pdf>]