

PROGRAMA GENT GRAN ACTIVA D'ALTAFULLA



Salut
Física i
Emocional

TARDOR 2023

Tens més de 65 anys i vols participar en alguna d'aquestes activitats?

Dilluns

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

1 grup 9h00 a 10h00
2 grup 10h00 a 11h00

Parc de Salut C/ Cabana

BALL SOCIAL

16h a 17h

Sala Polivalent
Teresa Manero

Dimarts

REEDUCACIÓ POSTURAL

9h15 A 10h45

Sala Polivalent
Teresa Manero

Properament

Risoteràpia i

Benestar Emocional

Dimecres

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

1 grup 9h00 a 10h00
2 grup 10h00 a 11h00

Parc de Salut C/ Cabana

TALLER DE MEMÒRIA

1er. grup 16h a 17h30
2on. grup 17h30 a 19h

Sala Polivalent
Teresa Manero

Dijous

CAMINADES SALUDABLES 8h00 A 9h30

Punt de sortida:
Parc de Voramar

TEATRE SOCIAL

15h30 A 17h

Sala Polivalent
Teresa Manero

Divendres

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

9h00 A 10h00

Brises del Mar



Ajuntament d'Altafulla
Acció Social i Gent Gran

Més informació a:
mriambau@altafulla.altanet.org
o per whatsapp al 689 72 49 07