

"ANCHUELO EN FORMA"

ANCHUELO

1.413 Habitantes

El Ayuntamiento de Anchuelo impulsa el proyecto "Anchuelo en Forma", con el objetivo principal de promover hábitos de vida saludables y la práctica regular de ejercicio físico. Está dirigido a dos grandes grupos de población: niños y niñas de 3 a 12 años y, por otra parte, personas adultas y mayores del municipio.

La programación para menores se organiza por edades e incluye sesiones semanales de psicomotricidad (3-6 años) orientadas al desarrollo motor, la coordinación y el equilibrio, y sesiones de multideporte (7-12 años) centradas en la iniciación a diferentes modalidades, el juego cooperativo y la adquisición de hábitos saludables. Para adultos y tercera edad se ofrece gimnasia de mantenimiento de forma semanal, combinando trabajo de tonificación, ejercicios aeróbicos, flexibilidad y equilibrio, y se complementa con salidas de senderismo por los alrededores, favoreciendo también la convivencia y el contacto con el entorno natural. Como acciones complementarias, el proyecto contempla jornadas de sensibilización y adaptación de juegos y deportes a la discapacidad (incluyendo dinámicas como el goalball) y un encuentro intergeneracional en el que las personas mayores transmiten juegos tradicionales a la infancia, reforzando vínculos comunitarios.

El proyecto cuenta con colaboración municipal y comunitaria: además del respaldo de la Comunidad de Madrid, se coordina con las áreas municipales de Deportes, Educación y Juventud, el AMPA del colegio y asociaciones locales (mayores y mujeres), e incorpora al centro de salud en la recomendación de participación para adultos. Se prevén medidas de inclusión mediante la recogida de información para adaptar las actividades a necesidades especiales y la integración de niños con necesidades educativas especiales y personas con discapacidad.

Asimismo, se plantea un encuentro o intercambio intermunicipal con localidades cercanas como Pezuela de las Torres y Santorcaz para fomentar la convivencia y el aprendizaje compartido. Todas las actividades son gratuitas para los usuarios y están guiadas por personal cualificado, incluyendo coordinación por un Licenciado en Educación Física y monitores con titulación TAFAD.

Fechas: 1 de octubre 2026 a 30 de junio 2027

Contacto: administracion@aytoanchuelo.com

Más información: www.aytoanchuelo.com

