

“ACTIVIDAD FÍSICA EN ENTORNOS NATURALES PARA JÓVENES, EL VELLÓN”

EL VELLÓN (2)

2.2273 Habitantes

El Ayuntamiento de El Vellón presenta el proyecto “Actividad Física en Entornos Naturales para Jóvenes, El Vellón”, cuyo objetivo principal es facilitar el inicio y la continuidad de la práctica de ejercicio físico al aire libre en población infantil y juvenil, especialmente en perfiles sedentarios o inactivos. Está dirigido a menores y jóvenes de 5 a 30 años.

La propuesta se articula en actividades en los entornos naturales cercanos al municipio y, cuando la meteorología lo exija, se recurrirá a instalaciones municipales cubiertas y un aula del CEIP El Vellón.

Para el tramo de 5 a 12 años se impulsa la Escuela de Montaña, con sesiones semanales en grupo que combinan rutas a pie y salidas puntuales en bicicleta, juegos y gymkhanas, orientación y aprendizaje del uso de mapas y brújula, junto con contenidos de educación ambiental (fauna, flora, equipamiento y seguridad en el medio natural).

Como refuerzo, se programan los Domingos Deportivos, una actividad mensual para 8 a 12 años que amplía la experiencia con propuestas de mayor duración e incorpora, cuando es posible, a familias y entorno cercano para fomentar la convivencia intergeneracional. Para adolescentes de 13 a 17 años se desarrolla el Grupo Aventura, con talleres mensuales de iniciación a disciplinas variadas (orientación, boulder, calistenia, parkour, rutas nocturnas, primeros auxilios en montaña, entre otras). Además, para jóvenes de 16 a 24 años se celebran cuatro encuentros de fomento de actividad física en la Sierra Norte, concebidos como jornadas de intercambio con otros municipios; y para 16 a 30 años se realizan Sendas de Montaña trimestrales con rutas de iniciación y salidas interpretativas (botánicas, geológicas, micológicas o paisajísticas).

El proyecto cuenta con la coordinación de la Asociación Roble Moreno y la implicación de personal municipal y de diferentes áreas como deporte, cultura, juventud, salud y servicios sociales, así como colaboración con centros educativos y, para actividades específicas, empresas locales de turismo activo. Incorpora medidas de inclusión y adaptación (rutas accesibles, posibilidad de uso de sillas Joëlette y refuerzo de monitores si fuera necesario) para atender necesidades físicas o cognitivas. Todas las actividades son gratuitas para las personas usuarias.

Fechas: 2 de octubre 2026 a 30 de junio de 2027

Contacto: aytoelvellon@elvellon.es; empleoyformacion@elvellon.es

Más información: www.elvellon.es

