

"SANTORCAZ EN FORMA 26-27"

SANTORCAZ
1.015 Habitantes

El Ayuntamiento de Santorcaz desarrolla el proyecto "Santorcaz en Forma 26-27", cuyo objetivo principal es mejorar la calidad de vida y el bienestar de la población a través de la promoción de hábitos de vida activos y la práctica regular de actividad física. El proyecto está dirigido a población infantil, juvenil, adulta y mayor, con edades comprendidas entre los 8 y los 99 años.

Las principales actividades del proyecto se estructuran en torno a un Punto Activo de ejercicio físico e incluyen clases de pádel para niños y jóvenes, sesiones de tonificación para personas adultas y programas de gerontogimnasia dirigidos a la población mayor.

Las actividades se desarrollan de forma periódica a lo largo del curso, fomentando una práctica continuada y adaptada a las características físicas de cada grupo de edad, con el objetivo de reducir el sedentarismo y mejorar la condición física general de los participantes.

Las actividades se realizan en las instalaciones municipales del municipio, como el polideportivo, la pista de pádel, el pabellón cubierto, los parques biosaludables y los caminos y sendas del entorno, combinando espacios al aire libre y cubiertos en función de la época del año.

Además, el proyecto contempla la organización de encuentros e intercambios con otros municipios que desarrollan programas similares, favoreciendo la convivencia, el intercambio de experiencias y la motivación entre los usuarios participantes.

El proyecto cuenta con la colaboración del AMPA, asociaciones locales, el servicio de salud municipal y distintas concejalías del Ayuntamiento, e incorpora medidas para favorecer la inclusión y atender posibles necesidades especiales mediante la adaptación de la intensidad de los ejercicios y la coordinación con los servicios sociales y sanitarios.

La difusión del proyecto se realiza a través de cartelería municipal, medios digitales del Ayuntamiento y canales de comunicación vecinal.

Todas las actividades son gratuitas para los usuarios y están desarrolladas por personal cualificado, contando con licenciados o graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y técnicos deportivos especializados.

Fechas: 1 de octubre 2026 a 30 de junio de 2027

Contacto: adl@ayuntamientosantorcaz.com

Más información: www.ayuntamientosantorcaz.com

