



“VALDEAVERO EN FORMA”

VALDEAVERO

1.892 Habitantes

El Ayuntamiento de Valdeavero desarrolla el proyecto "Valdeavero en Forma", cuyo objetivo principal es combatir el sedentarismo y mejorar la calidad de vida de la población mediante la promoción de la actividad física y el ejercicio saludable. El proyecto está dirigido a la población del municipio en general, abarcando niños, jóvenes y personas adultas y mayores, con especial atención a la adaptación por edades y niveles.

La intervención se centra en la consolidación y promoción del pádel como actividad física accesible, motivante y adecuada a un entorno rural, favoreciendo la adherencia al ejercicio y la creación de hábitos saludables. El programa pretende facilitar el acceso a una oferta deportiva estable en el municipio, evitando desplazamientos a otras localidades y fomentando la práctica regular del deporte en condiciones asequibles para la ciudadanía.

Las principales actividades del proyecto son las clases periódicas de pádel, organizadas en grupos según edad, nivel y condición física, así como la realización de torneos y actividades complementarias vinculadas a esta disciplina. Las actividades se desarrollan en las pistas municipales de pádel de Valdeavero y se realizan con periodicidad semanal a lo largo de varios meses, combinando sesiones continuadas durante la semana y propuestas más intensivas en determinados momentos, con el fin de garantizar una participación amplia y progresiva.

El proyecto cuenta con la colaboración del Centro de Salud de Valdeavero, que participa en la promoción del ejercicio como herramienta de prevención y salud comunitaria. Se contemplan medidas de inclusión y adaptación para personas con dolencias, patologías o discapacidad, garantizando la participación segura de todos los usuarios.

La difusión se realiza a través de la web municipal, redes sociales, aplicaciones móviles, cartelería y centros municipales. Las actividades se ofrecen a precios muy reducidos o gratuitos y están dirigidas por monitores cualificados, incluyendo profesionales con Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

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

Contacto: info@ayuntamientovaldeavero.es

Más información: www.ayuntamientovaldeavero.es

XI Edición
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

