

RIVAS SALUDABLE

RIVAS VACIAMADRID

100.275 Habitantes

El proyecto "Rivas Saludable" del Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar de la población a través de la integración de la actividad física en sus estilos de vida.

Los destinatarios son adultos y personas mayores sedentarias y/o inactivas.

Las actividades principales incluyen la creación de un Servicio Municipal de Ejercicio Físico, 12 Puntos Activos de ejercicio físico, 6 Talleres de iniciación al ejercicio físico. El Servicio Municipal de Ejercicio Físico ofrecerá asesoramiento técnico personalizado dos días a la semana. Los Puntos Activos se desarrollarán en tres parques de la ciudad con sesiones semanales de 60 minutos, incluyendo disciplinas como Gym fit, Music fit, Walking fit y Relax fit. Los talleres de iniciación se realizarán en los polideportivos municipales con una duración de 12 semanas y dos sesiones semanales.

El proyecto cuenta con la colaboración de los centros de salud municipales, la Unidad de Medicina Deportiva de la Concejalía de Deportes, y otras concejalías como la de Sanidad y la de Mayores. También se valorará la posibilidad de establecer lazos con otros municipios para realizar encuentros intermunicipales y actividades conjuntas.

La difusión del proyecto se realizará a través de folletos informativos, la página web municipal, redes sociales institucionales, la revista municipal y campañas de email masivo.

Fechas: octubre de 2025 a junio de 2026

Contacto: jpdeltorre@rivasciudad.es

Más información: www.rivasciudad.es

