



Comunidad
de Madrid



“BREA DE TAJO ACTIVO 2023-24”

BREA DE TAJO

541 Habitantes

Para esta próxima temporada 2023-24 Brea de Tajo seguirá apostando por dar un servicio de calidad de actividad física a sus ciudadanos, que sin este tipo de convenio no se podría realizar debido a nuestro problema de contratación de profesionales cualificados, al estar muy distanciados de centros urbanos con formadores deportivos.

Seguimos apostando en dar continuidad a este proyecto de promoción de la actividad física, que nos hace seguir apostando por todos los sectores de la población de Brea de Tajo:

*Niñ@s de 5 a 16 años, continuarían con la actividad de **Multideporte (pádel)** de los años anteriores, modificándose a iniciación deportiva durante los días de lluvia. Este año ha habido más de 20 niñ@s.

*Jóvenes de 16 a 35 años, **Entrenamiento Funcional**, que utilizará las instalaciones de calistenia y el gimnasio municipal dependiendo de la época del año y de la climatología.

*Para adultos, continuaremos con las sesiones de **Tonificación**. Participación de más de 20 personas.

*Para mayores de 55 años, continuaremos con la actividad de **Gerontogimnasia y rutas de senderismo**, lo cual permitirá intercalar ambas actividades en función de la climatología. En temporadas anteriores ha tenido buena aceptación con 10 personas.

El proyecto ha sido capaz que alcanzar el año anterior una participación de más de 90 personas, lo que supone aproximadamente el 16% de la población del municipio. Se trata de promover la actividad física, ofreciendo diversión a través del movimiento y consiguiendo alejar de la inactividad y de las pantallas a niños, jóvenes y mayores.

Fechas: octubre 2023 y junio 2024

Contacto: info@breadetajo.es

Más información: <https://www.breadetajo.es>

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

