



“ ENTRENA TU SALUD MEDIANTE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS EN CARABAÑA ”

**CARABAÑA**

**2.273 Habitantes**

El proyecto tiene como principal reto, intentar que aquellos usuarios que han participado en ediciones anteriores sigan con la práctica de ejercicio físico, y por otro lado, captar nuevos usuarios con distintos perfiles.

El proyecto incluirá actividades orientadas a dos grupos concretos de población.

Dentro del Punto Activo Infantil, se van a presentar estas opciones:

- Psicomotricidad, para público infantil de 3 a 6 años.
- Iniciación Deportiva, para aquellos que tengan entre 7 y 12 años.
- Iniciación al Pádel, formando dos grupos en función de la edad, uno para los que tengan entre 7 y 10 años, y otro para los de 11 y 12.

En cuanto al Punto Activo de Adultos y Mayores, incluirá:

- Envejecimiento Activo y Saludable, en el que se incluirán dos grupos.
- Iniciación al Pádel, con un grupo para usuarios mayores de 55 años, y otro que abarcaría a los que se encuentran entre 18 y 55.
- Rutas para el Recuerdo. Se harán dos recorridos al mes, que estarán destinados a usuarios mayores de 60 años.

El proyecto se va a llevar a cabo desde el 15 de octubre de 2024 al 15 de junio de 2025.

**Fechas:** octubre de 2024 a junio de 2025.

**Contacto:** [aedl@ayuntamientocarabana.es](mailto:aedl@ayuntamientocarabana.es); [info@ayuntamientocarabanas.es](mailto:info@ayuntamientocarabanas.es)

**Más información:** [www.ayuntamientocarabana.es](http://www.ayuntamientocarabana.es)

