

DESARROLLO:

Durante tres días a la semana, realizando cada día una actividad diferente para mantenerse activo:

_ACTIVIDAD FÍSICA
_ACTIVA LA MENTE
_DINÁMICAS PARA EL BIENESTAR Y EL DESARROLLO DE CAPACIDADES ARTÍSTICAS Y CULTURALES

periodos a seleccionar:

- JULIO: del 6 al 30
- AGOSTO: del 3 al 27

Condiciones para la participación:

Tener 60 años o más.

16 plazas por grupo

⊕ información: en los Centros de Mayores de Gestión Municipal.

✕ UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

INSCRIPCIONES Y PLAZOS

Plazo de presentación de solicitudes:

Desde el 26 de mayo hasta completar plazas

Se podrá seleccionar UN PERIODO: julio o agosto.

A partir del 9 de junio: Se podrá seleccionar un segundo periodo (julio o agosto), sujeto a la disponibilidad de plazas.

Solicitud e inscripción

- Se realizará en el Centro Municipal de Mayores, en el que se desee realizar las actividades: Juan de la Fuente (solicitudes para Juan de la Fuente y Victoria Adrados), Tierra Charra o Trastormes.
- Presentar el DNI en el momento de la inscripción.
- La inscripción se podrá realizar para dos personas.
- La admisión se realizará **por orden de inscripción, hasta agotar las plazas.**

CENTROS EN LOS QUE SE DESARROLLA, GRUPOS, PLAZAS y HORARIOS:

Se seleccionará un centro, periodo y grupo por solicitud:

CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES:

JUAN DE LA FUENTE (2 grupos)

- Grupo 1: lunes, martes y miércoles 9.30h
- Grupo 2: lunes 10.30h; martes y miércoles 11.00h

TIERRA CHARRA (2 grupos)

- Grupo 1: lunes, martes y jueves 9.30h
- Grupo 2: lunes y jueves 11.00h; martes 10.30h

TRASTORMES (1 grupo)

- Grupo 1: miércoles y jueves 9.30h y martes 12.00h

CENTRO MUNICIPAL INTEGRADO:

C.M.I. VICTORIA ADRADOS (1 grupo)

- GRUPO 1: miércoles y jueves 11.30h y lunes 12.00h

Para cada centro y grupo, se entrega el horario de desarrollo junto con el resguardo de la inscripción.

TAMBIÉN ME MANTENGO ACTIVO EN VERANO

JULIO-AGOSTO 2026



INFORMACIÓN e INSCRIPCIONES

EN LA CONSERJERÍA DE LOS CENTROS DE MAYORES DE GESTIÓN MUNICIPAL

JUAN DE LA FUENTE_ C/Juan de la Fuente, 1_Tlfno. 923- 214012

TIERRA CHARRA_ Avda. Los Cedros, 45_Tlfno. 923- 242807

TRASTORMES_ Paseo César de la Riva, 58_Tlfno. 923-277803