

ENTORNU ACTIVU, VIDA ACTIVA

PARQUES BIOSALUDABLES



Gijón



EXERCICIU CON APOYU EN PARQUES BIOSALUDABLES

Esta primavera, el Patronatu Deportivo Municipal convidate a activarte nos Parques Biosaludables de Xixón. Un/a instructor/a va guiate nel usu de les máquines y va ofrecete sesiones d'exerciciu gratuites. Descubri cómo ameyorar la to salú y el to bienestar nestos espacios al aire llibre, equipaos pa que disfrutes del exerciciu nun entornu natural y cercanu.

¡Esperámoste pa concienciar sobre la salú, desenvolver les tos competencias físicas, socializar y apreciar la naturaleza!

Fechas: del 20 de marzo al 30 de mayo
Horario: de 10.30 a 12.30 horas · **Días:** de lunes a viernes.



Parque Carlos Marx: Cai Carlos Marx

20 de marzu, 31 de marzu, 9 de abril, 22 d'abril, 2 de mayu, 13 de mayu y 22 de mayu.

Parque L'Arbeyal: Avenida del Príncipe de Asturias, 70

21 de marzu, 1 d'abril, 10 d'abril, 23 d'abril, 5 de mayu, 14 de mayu y 23 de mayu.

Parque Los Pericones:

24 de marzu, 2 d'abril, 11 d'abril, 24 d'abril, 6 de mayu, 15 de mayu y 26 de mayu.

Parque Antonio Ortega: Cai de Badajoz, 20

25 de marzu, 3 d'abril, 14 d'abril, 25 d'abril, 7 de mayu, 16 de mayu y 27 de mayu.

Parque Carretera La Costa: Cai Palencia

26 de marzu, 4 d'abril, 15 d'abril, 28 d'abril, 8 de mayu, 19 de mayu y 28 de mayu.

El Kilometrín: Avenida de El Molinón

27 de marzu, 7 d'abril, 16 d'abril, 29 d'abril, 9 de mayu, 20 de mayu y 29 de mayu.

Parque de Belarmino Tomás: Cai López de Vega (El Coto)

28 de marzu, 8 d'abril, 21 d'abril, 30 d'abril, 12 de mayu, 21 de mayu y 30 de mayu.