



Más de 400 mayores inician hoy las actividades físico-deportivas del Ayuntamiento

L.G.

Más de 400 personas comienzan hoy las actividades físico-deportivas para mayores que organiza el Ayuntamiento de Salamanca, tras las revisiones médicas llevadas a cabo por la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia, en virtud del convenio suscrito entre el Consistorio y la Universidad de Salamanca para comprobar que no hay contraindicación para la realización de la actividad solicitada o en su caso para la indicación de la más apropiada.

En concreto, serán 421 las personas que comenzarán las clases, cuyo objetivo es promover la mejora y mantenimiento de la condición física y autonomía, a través de diversas modalidades como la gimnasia suave, gimnasia fuerte, psicomotricidad y yoga.

Además, durante el mes de enero han comenzado los talleres formativos. Con el fin de dar respuesta a las necesidades de los mayores el Consistorio ha programado, al igual que en ediciones anteriores, nueve modalidades de para los que se ofrecen 644 plazas: bricolaje en madera, encuadernación, pintura/dibujo, bailes de salón, artes manuales, tradicionales y folklore de Salamanca, literario, inglés y cuantacuentos. En el caso de algunas de las disciplinas como encuadernación, pintura, bailes de salón e inglés, se ofertan distintos niveles.

En total, un millar de personas se benefician de la programación del Ayuntamiento para promover un envejecimiento activo a través de la ocupación del tiempo de ocio.