

## **ENCUENTROS ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y SALUD**

Destinados a aquellos municipios de la provincia que tengan Escuela Municipal de Salud de Adultos Mayores. Los ayuntamientos tendrán que solicitar la adscripción a los mismos en modelo preparado al efecto, (anexo VI).

Podrán participar usuarios mayores de 55 años, que hayan participado en los talleres de salud o estén inscritas en las escuelas de salud de su municipio y cuyo monitor haya participado en las jornadas de formación. **No podrán participar personas que, por su capacidad física, no puedan realizar las actividades propuestas.**

Para ello es necesario que hubieran formalizado con anterioridad su inscripción en los ayuntamientos y desde los municipios haber trasladado a la zona un listado con los participantes en sus escuelas de salud.

Las personas inscritas tienen la **OBLIGACIÓN**, salvo causa mayor, de participar en las actividades.

Al ser las jornadas limitadas, se establecerán agrupaciones de municipios con plazas limitadas por municipio en función del número de personas de sus escuelas de salud. Se realizarán varias, en función del número de inscritos, en un lugar a determinar, siempre en jornada de mañana, terminando la actividad después de la comida.

En dicha jornada, se realizarán diferentes actividades en las cuales, se fomentará la actividad física como hábito saludable y catártico de los ciudadanos.

Se establecen bloques de actividades:

### **- ENCUENTROS EN LA PISCINA**

**Para cada uno de los encuentros se establecerá una normativa específica independiente, con inscripciones independientes para cada uno de los encuentros.**

Horarios:

- Salida desde los municipios (a establecer según inscritos).
- 09:45 h. Llegada al lugar de las actividades.
- 10:00 h. Inicio de las actividades.
- 14:00 h. Fin de las actividades.
- 14:30 h. Comida.
- 16:30 h. Regreso a los municipios.

Podrán asistir los alumnos y monitores de las escuelas deportivas de salud.

Serán jornadas de un día en las que se reunirán ciudadanos de distintos municipios en torno a la actividad física saludable.

Además de los ejercicios que se han realizado en las escuelas, estas jornadas tendrán un enfoque más lúdico y servirán para el descubrimiento de diversos tipos de actividades.