

## **[MERIENDA SALUDABLE DESDE EL RINCÓN DE LECTURA](#) [1]**

HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y CONSCIENTE EN EL CONTEXTO DE UNA SESIÓN DEL RINCÓN DE LECTURA, INCORPORANDO UN ESPACIO DE ALMUERZO-MERIENDA COMPARTIDA, EN EL QUE LOS ASISTENTES APORTAN ALIMENTOS ELABORADOS POR ELLOS MISMOS.

- [Leer más sobre MERIENDA SALUDABLE DESDE EL RINCÓN DE LECTURA](#) [1]

## **[PASEOS SALUDABLES](#) [2]**

RUTAS SALUDABLES SEMANALES CON RECORRIDOS FÁCILES Y ACCESIBLES PARA TODA LA POBLACIÓN.

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES](#) [2]

## **[PASEOS SALUDABLES](#) [3]**

RUTAS ACCESIBLES PARA PROMOVER ACTIVIDAD FÍSICA.

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES](#) [3]

## **[PASEOS SALUDABLES POR EL BONILLO](#) [4]**

PASEOS SALUDABLES CON TRAYECTOS DISEÑADOS PARA FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA DIARIA Y ACCESIBLE A LA POBLACIÓN. Y TAMBIÉN FOMENTAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES ENTRE LOS PARTICIPANTES. EL AYUNTAMIENTO COLABORARÁ PROPORCIONANDO TAMBIÉN SEGURIDAD AL RECORRIDO, SI ASÍ LO PRECISARÁ.

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES POR EL BONILLO](#) [4]

## **[PREPARACIÓN FÍSICA EN EL EMBARAZO.](#) [5]**

EJERCICIOS EN EMBARAZO PARA MEJORAR FUERZA, FLEXIBILIDAD Y PREVENIR MOLESTIAS.

- [Leer más sobre PREPARACIÓN FÍSICA EN EL EMBARAZO.](#) [5]

## **Páginas**

- [primera](#) [6]
- [1](#) [7]
- ...
- [3](#) [8]
- [4](#) [9]
- [5](#) [10]
- [6](#) [7]
- 7
- [8](#) [11]
- [9](#) [12]
- [10](#) [13]
- [11](#) [14]
- ...
- [12](#) [11]
- [última](#) [15]

---

**Source URL:** <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=6>

### **Links**

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/merienda-saludable-desde-el-rincon-de-lectura-0>

[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-12>

- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-14>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-por-el-bonillo-0>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/preparacion-fisica-en-el-embarazo-0>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=5>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=2>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=3>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=4>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=7>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=8>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=9>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=10>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=46>