

[GRUPO AYUDA MUTUA DIABETES](#) [1]

ACTIVIDAD GRUPAL DIRIGIDA A PERSONAS CON DIABETES, CENTRADA EN LA CAPACITACIÓN PARA EL AUTOCUIDADO Y CONTROL DE LA ENFERMEDAD. FAVORECE EL INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS, EL APOYO ENTRE IGUALES Y LA ADQUISICIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES PARA MEJORAR EL CONTROL GLUCÉMICO Y PREVENIR COMPLICACIONES.

- [Leer más sobre GRUPO AYUDA MUTUA DIABETES](#) [1]

[GIMNASIA PARA MAYORES](#) [2]

ESTIMULACIÓN MOVILIDAD DE PERSONAS CON LIMITACION FUNCIONAL.

- [Leer más sobre GIMNASIA PARA MAYORES](#) [2]

[PASEOS SALUDABLES](#) [3]

RUTAS URBANAS CON EL OBJETIVO DE AUMENTAR EL EJERCICIO FÍSICO, LAS RELACIONES SOCIALES Y CONOCER CÓMO USAR LOS DISPOSITIVOS BIOSALUDABLES DEL PARQUE

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

[7000PASOSX](#) [4]

FOMENTO DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL OCIO SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE CASTILLA-LA MANCHA

- [Leer más sobre 7000PASOSX](#) [4]

[7000PASOSX](#) [5]

FOMENTO DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL OCIO SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE CASTILLA-LA MANCHA

- [Leer más sobre 7000PASOSX](#) [5]

Páginas

- [primera](#) [6]
- [◀](#) [6]
- [1](#) [6]
- [2](#)
- [3](#) [7]
- [4](#) [8]
- [5](#) [9]
- [6](#) [10]
- [7](#) [11]
- [8](#) [12]
- [9](#) [13]
- ...
- [▶](#) [7]
- [última](#) [14]

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=1>

Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/grupo-ayuda-mutua-diabetes>
[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/gimnasia-para-mayores>
[3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-12>
[4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/7000pasosx-9>

- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/7000pasosx-10>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=2>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=3>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=4>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=5>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=6>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=7>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=8>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=12>