

PASEOS SALUDABLES [1]

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](#) [1]

RUTAS SALUDABLES [2]

RUTA SALUDABLE CON DIFERENTES OBJETIVOS: INTEGRACIÓN DE LOS VECINOS DEL CASCO, CONOCER EL BARRIO, SU PATRIMONIO CULTURAL Y SUS RECURSOS NATURALES.

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

TALLER DE PREVENCIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA [3]

CÓMO CUIDAR TU ESPALDA, DESDE CONSEJOS DE HIGIENE POSTURAL, HASTA EJERCICIOS BENEFICIOSOS PARA PREVENIR EL DOLOR.

- [Leer más sobre TALLER DE PREVENCIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA](#) [3]

PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD [4]

EJERCICIOS FISICOS DIRIGIDOS A MAYORES DE 75 Y POBLACION GENERAL CON MAYOR FRAGILIDAD. CHARLA EDUCACION DE LA SALUD, EJERCICIOS FISICOS Y DIETAS.

- [Leer más sobre PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD](#) [4]

EDUCANDO EN EL APRENDIZAJE [5]

HITOS DEL DESARROLLO PSICOMOTOR, MATERNIDAD/PATERNIDAD DESDE LA DIVERSIDAD FUNCIONAL, PORTEO, ESTIMULANDO LA LECTURA EN VOZ ALTA, ACEPTANDO LAS EMOCIONES, EDUCANDO DESDE EL ARTE, EXPONERSE EN RRSS, NACER EN EL CASCO.

- [Leer más sobre EDUCANDO EN EL APRENDIZAJE](#) [5]

Páginas

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

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=3>

Links

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-11>

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

- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-de-prevencion-del-dolor-de-espalda>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/prevencion-de-la-fragilidad-0>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/educando-en-el-aprendizaje>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=2>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=1>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=4>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=5>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=6>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=7>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=8>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=19>