

[PASEOS SALUDABLES](#) [1]

RUTAS SALUDABLES SEMANALES PARA PROMOVER ACTIVIDAD FÍSICA.

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES](#) [1]

[MARCHA SALUDABLE " ANDAR CON TU ENFERMERA" \[2\]](#)

CAMINAR POR EL PUEBLO DURANTE UNA HORA, PREVIO CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTO POSTERIOR PARA EL FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS RELACIONES SOCIALES

- [Leer más sobre MARCHA SALUDABLE " ANDAR CON TU ENFERMERA"](#) [2]

[PASEANDO EL TOBOSO](#) [3]

PROMOCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA Y RELACIONES SOCIALES MEDIANTE RUTAS CULTURALES POR EL ENTORNO.

- [Leer más sobre PASEANDO EL TOBOSO](#) [3]

[TALLER APRENDER A MOVERNOS](#) [4]

TALLER PRÁCTICO DE EJERCICIO FÍSICO ORIENTADO A MEJORAR LA MOVILIDAD, LA SALUD CARDIOPULMONAR, EL EQUILIBRIO Y EL FUNCIONAMIENTO ARTICULAR DE LAS PERSONAS USUARIAS, PROMOVRIENDO DE FORMA INTEGRAL SU BIENESTAR EMOCIONAL, AUTOESTIMA Y AUTOCUIDADO

- [Leer más sobre TALLER APRENDER A MOVERNOS](#) [4]

[PASEOS SALUDABLES](#) [5]

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

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES](#) [5]

Páginas

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

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=4>

Links

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-6>

[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/marcha-saludable-andar-con-tu-enfermera>

[3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseando-el-toboso>

[4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-aprender-movernos>

- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-4>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=3>
- [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=2>
- [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>