PROGRAMA LA SÉNIOR Y EL DEPORTE

COORDINADO POR EL SERVICIO DE DEPORTES DE LA UPV

OBJETIVO DEL EVENTO:
Acercar la práctica física saludable al colectivo de la Universidad Senior a través de las acciones que se desarrollan cada día.

FECHAS:
3 de marzo de 2022
2 junio de 2022

03 de Marzo 2022:
- **ANDAR UPV**, recorrido de la carrera de la dona dentro del campus de la UPV. Modalidad leve

2 Junio 2022:
- **SENIOR TONIFICACIÓN:** Clase colectiva con recomendaciones de ejercicio físico saludable.

- **SENIOR LATINOS:** Clase colectiva con base musical (bailes latinos) bajo el concepto de ocio y salud.

- **LUGAR**: Pabellón UPV (Edificio 6A)

NOTA IMPORTANTE: DEBE VENIR VESTIDO/A CON ROPA CÓMODA