

No Concello hai un programa de actividades físico-deportivas para maiores que se imparten dende o 1 de setembro ata o 31 de maio e dende o 1 de setembro ata o 31 de decembro de 2016, son as seguintes:

- Aerobic
- Pilates
- Ximnasia de mantemento

Estas actividades incidirán nas variables máis importantes da condición física como a resistencia, flexibilidade, etc. e que favorecen o benestar e calidade dos maiores, para así lograr mantelos activos, exercitar habilidades físicas e mentais. Integración social dos maiores co entorno.

---