



ANUNCIO

DON JOSÉ LUIS PAJÓN CAMBA, ALCALDE- PRESIDENTE DO
CONCELLO DE OUROL, PROVINCIA DE LUGO

FAI SABER:

Que se vai a levar a cabo un **CURSO DE XIMNASIA DE
MANTEMENTO PARA PERSOAS MAIORES.**

Obxectivo: Mellorar a calidade de vida das persoa maiores e retrasar os efectos do envellecemento a través da realización de exercicio físico adaptado, como parte dos seus hábitos diarios.

DATA DE INICIO: 2 DE OUTUBRO DE 2020 (VENRES)

DÍAS: DOUS DÍAS Á SEMANA, OS MARTES E VENRES

HORARIO: DE 11:00 A 12:00 HORAS

LUGAR: EDIFICIO MULTIUSOS DO CONCELLO DE OUROL

LÍMITE DE PRAZAS: 10 PRAZAS

USO OBRIGATORIO DE MÁSCARA

**GRUPO MÍNIMO DE 5 PERSOAS PARA REALIZAR A
ACTIVIDADE**

***Só para persoas empadroadas no Concello de Oourol.**

Todas aquelas persoas interesadas en participar nesta actividade deberán dirixirse ó departamento de servizos sociais ou chamar ó teléfono 982559109 (preguntar por Teresa ou Berta)

Oourol, 15 de setembro de 2020

O Alcalde



José Luís Pajón Camba