



## ANUNCIO

DON JOSÉ LUIS PAJÓN CAMBA, ALCALDE- PRESIDENTE DO CONCELLO  
DE OOUROL, 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 persoas maiores e retrasar os efectos do envellecemento a través da realización de exercicio físico adaptado.

**DATA DE INICIO:** 5 DE OUTUBRO (GRUPO DOS MARTES)/ 8 DE OUTUBRO (GRUPO DOS VENRES)

**HORARIO:** DE 11:00 A 12:00 HORAS.

**LIMITE DE PRAZAS:** 12 PRAZAS QUE SE DISTRIBUIRÁN EN 2 GRUPOS DE MÁXIMO 6 PERSOAS (POR MOTIVO DAS RESTRICCIÓNS SANITARIAS).

**DÍAS:** MARTES OU VENRES.

**LUGAR:** EDIFICIO MULTIUSOS.

USO OBRIGARIO DE MÁSCARA.

\*Só 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 982559109/677489457.

Oourol, 15 de setembro de 2021

O Alcalde



Asdo. José Luis Pajón Camba