

II MUESTRA ACTIVIDAD FÍSICA



Red de centros
de mayores



PROGRAMA DE EXHIBICIONES

	Presentación
10:00h	Entrenamiento personal
10:15h	Danzaterapia
10:25h	Bailes en línea
10:35h	Chikung
10:50h	Gimnasia de mantenimiento
11:00h	Gimnasia de mantenimiento
11:15h	Sevillanas
11:20h	Taichí
11:30h	Bailes populares y danzas tradicionales
11:40h	Baile country
11:45h	Bailes de salón
11:55h	Yoga
12:10h	Baile country
12:20h	Psicomotricidad
12:35h	Bailes de salón
12:50h	Higiene postural (en silla)
13:05h	Bailes en línea
	Despedida

21 MAYO
2026

Plaza del Pilar

