



**Ayuntamiento
de Salamanca**

Concejalía de Mayores



ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE PARA PERSONAS MAYORES

MARCHA NÓRDICA

Horarios, Grupos y PUNTO DE ENCUENTRO:

Huerto de Calixto y Melibea- Puerta acceso.

Grupo 1 -MARTES 10.30H

Grupo 2 -MARTES 11.30H

Parque Würzburg- Explanada entrada.

Grupo 3 -MIÉRCOLES 16.30H

Grupo 4 -MIÉRCOLES 17.30H

Recorridos cortos con empleo de bastones, en un entorno urbano natural:

Huerto de Calixto y Melibea y entorno Puente Romano, Parque de Würzburg. Requiere bastones propios.

TAICHÍ

Horarios, Grupos:

Plaza de San Román

Grupo 1 -LUNES 11.30

Grupo 2 -LUNES 12.30

Plaza Barcelona

Grupo 3 -LUNES 17.30

Grupo 4 -JUEVES 16.30

Ejercicio al aire libre practicando las rutinas y movimientos de este arte milenario.

PASEOS URBANOS CULTURALES

Horarios, Grupos y PUNTO DE ENCUENTRO:

PALACIO DE LA SALINA

Grupo 1 -VIERNES 9.30H

Grupo 2 -VIERNES 10.30H

Grupo 3 -VIERNES 11.30H

Grupo 4 -VIERNES 12.30H

Recorrido por las calles, plazas, jardines y otros lugares de interés histórico, artístico y cultural de la Ciudad de Salamanca.

Aprendiendo a detenernos en los detalles que nos ofrece la ciudad y disfrutarlos.

FOTOGRAFÍA URBANA

Horarios, Grupos y PUNTO DE ENCUENTRO:

PLAZA DEL CONCILIO DE TRENTO

(Junto Dominicos)

Grupo 1 -LUNES 10.30H

Grupo 2 - LUNES 16.30H

Grupo 3 -MARTES 16.30H

Grupo 4 -MARTES 17.45H

Salidas en entorno urbano ambiental y cultural para **aprender a manejar la cámara del teléfono móvil y tomar instantáneas en torno a una temática** por los rincones con encanto de nuestra ciudad. Requiere teléfono móvil con cámara, tablet o cámara réflex de fotografía.

COMIENZO EL 15 DE MARZO

Inscripciones a partir del 8 de marzo
en el teléfono **923- 21 40 12**
de 9.00 a 14.00 horas

CONDICIONES PARA LA INSCRIPCIÓN

1. Ser pensionista o estar en situación de desempleo con 60 o más años y empadronado en Salamanca.
2. Cada persona se podrá inscribir con un acompañante en un único grupo y actividad.
3. No tener patologías que les encuadren como población de riesgo (COVID-19).
4. Firmar una declaración de Salud al inicio de la actividad.

En el momento de la inscripción debe comunicar la siguiente información:

- El número de carné de mayores.
- Si no dispone de carné de mayores: el número de documento de identidad (NIF).



**PARA SU SEGURIDAD, EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES CUMPLE
TODAS LAS MEDIDAS HIGIÉNICO-SANITARIAS FIJADAS POR LA AUTORIDAD SANITARIA**