



# Ayuntamiento de Jumilla

## La Concejalía de Deportes reanuda las clases de gimnasia de mantenimiento

19/02/2021

La Concejalía de Deportes tiene previsto reanudar las clases de gimnasia de mantenimiento el próximo 3 de marzo. Se impartirán los lunes, miércoles y viernes en el Polideportivo La Hoya en dos horarios diferentes, según modalidad. El grupo de gimnasia terapéutica, de 10.30 a 11.30 horas y el de fitness de 9.15 a 10.15 horas. Para su realización se utilizarán la pista de atletismo y una de las pistas polideportivas, con un número máximo de 20 personas por grupo. La reserva de plazas e inscripciones se puede realizar en la Concejalía de Deportes (Pabellón Municipal Carlos García), de lunes a viernes en horario de mañana (9:30 a 13:30 horas). Los participantes deberán aportar su propia colchoneta, toalla y botellín de agua, según la normativa establecida. "La gimnasia terapéutica está dirigida a personas adultas y mayores, sin patologías que contraindiquen la práctica del ejercicio físico, pero que requieren actividad física de mantenimiento o preventiva. Las clases de fitness están destinadas a personas sanas que buscan una condición aceptable, mejorando además el aspecto físico", ha explicado el concejal de Deportes, José Antonio Jiménez.