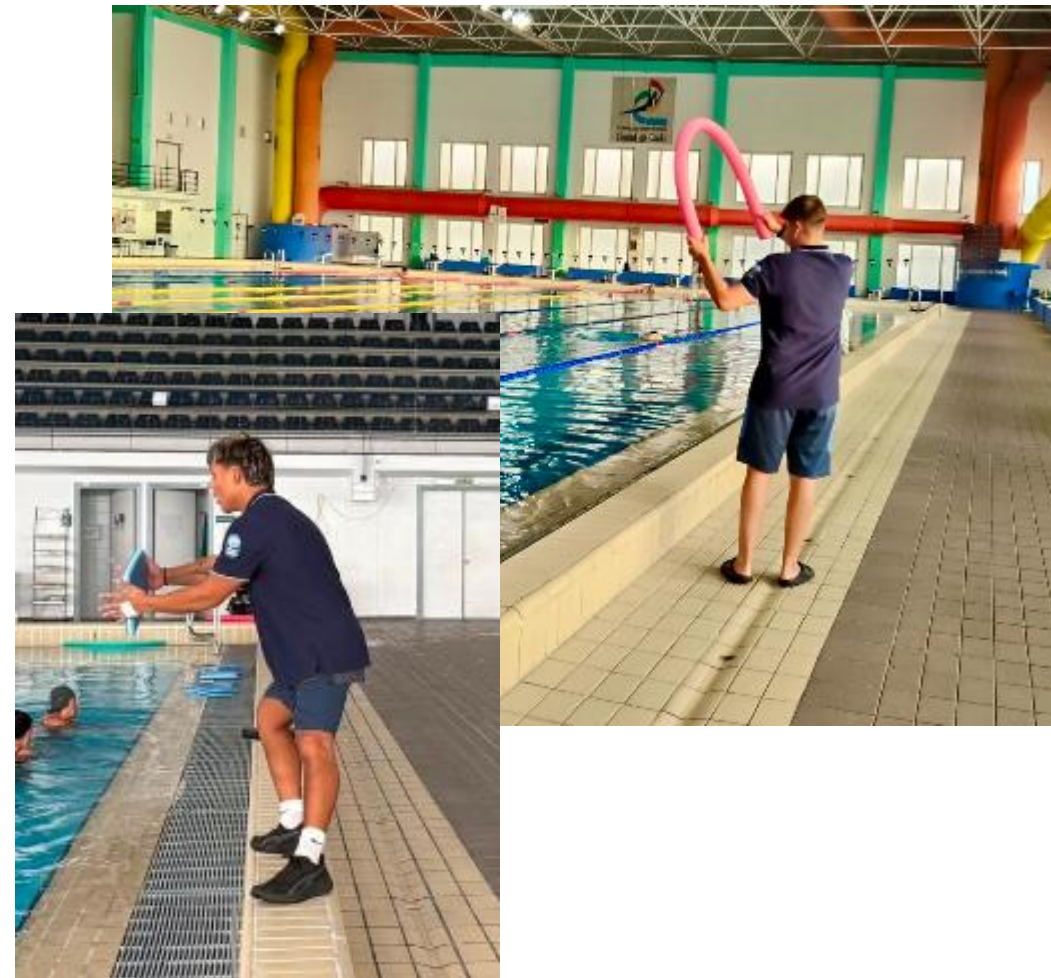


**PROGRAMA DE ACTIVIDADES
FÍSICO-DEPORTIVAS PARA
PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS
(CLUB DE LA SALUD-
ENVEJECIMIENTO ACTIVO) EN LAS
INSTALACIONES DEPORTIVAS
MUNICIPALES DURANTE LA
TEMPORADA 2026/2027**



Ayuntamiento de Cádiz
imd INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE





¿CUÁLES SON LOS SERVICIOS DEL CLUB DE LA SALUD?

Los servicios del Programa del Club de la Salud están encaminados al desarrollo de actividades físico-deportivas programadas y adaptadas, con el objeto de alcanzar una cultura a favor del envejecimiento activo, creando hábitos saludables que contribuyan a mejorar la salud, favorecer el bienestar y calidad de vida de las personas mayores de 65 años.

Dichos servicios consisten en:

- ✓ Clases y prácticas de actividades acuáticas adaptadas
- ✓ Actividades de acondicionamiento físico en salas polivalentes con soporte musical
- ✓ Actividades en espacios naturales y circuitos urbanos adaptadas

Actividad de 11 meses/año



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

La información e inscripciones se podrán realizar, de manera presencial en la **OFICINA DEL CLUB DE LA SALUD** en horario de lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas.

✓ **COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ**

Avda. Periodista Beatriz Cienfuegos, s/n, 11011 Cádiz

Teléfono: 956 755 055

csaludimdcadiz@eulen.com

<https://deporte.cadiz.es>

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN:

- ✓ Edad: +65 años.
- ✓ Residencia: Domiciliados en Cádiz.
- ✓ Criterio de Salud (Imprescindible): Recomendación médica mediante el Cuestionario de Salud oficial o informe médico favorable. En casos específicos, se aceptará una Declaración Jurada de aptitud física.



INSTALACIONES DONDE SE PRESTA EL SERVICIO

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ:

Del 1 de octubre 2026 al 31 de agosto de 2027.

Se convocan los siguientes Cursos:

NATACIÓN	GIMNASIA FUNCIONAL	PASEOS MARCHA
LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES
8:15 A 9:00	8:15 A 9:00	10:00 A 11:00
9:00 A 9:45	9:00 A 9:45	

POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO:

Del 1 de octubre de 2026 al 31 de agosto de 2027

GIMNASIA FUNCIONAL
LUNES A VIERNES
8:45 A 9:30

PISCINA DE ASTILLEROS DE CÁDIZ:

Del 1 de septiembre de 2026 al 31 de julio de 2027.

Se convocan los siguientes Cursos:

NATACIÓN	GIMNASIA FUNCIONAL	GIMNASIA	PASEOS MARCHA
LUNES A VIERNES	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	MARTES Y JUEVES	LUNES A VIERNES
8:15 A 9:00	9:00 A 9:45	8:15 A 9:00	10:00 A 11:00
9:00 A 9:45	9:45 A 10:30	9:00 A 9:45	