



SERVICIO MUNICIPAL DE ATENCIÓN A PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL  
POR DIVERSIDAD FUNCIONAL  
Curso 2022/2023

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS

### ❖ DESCRIPCIÓN

---

Este programa multideportivo está orientado a generalizar la práctica del deporte y actividad física para personas con diversidad funcional en un entorno inclusivo y en el marco de su contexto social y familiar. Sus objetivos son: garantizar el acceso, uso y disfrute de instalaciones deportivas, promover la autosuperación, la autoconfianza, disponer sanamente del tiempo libre y el ocio, promover el deporte como estilo de vida, como medio de integración, mejorar cualidades perceptivo-motoras y habilidades motoras, capacidades condicionales y coordinativas, funciones motoras, sensoriales y mentales.

### ❖ HORARIOS Y ACTIVIDADES

---

#### ➤ MULTIDEPORTE

Desarrollo de juegos y realización de diferentes disciplinas deportivas utilizando el espacio y material del Pabellón Deportivo Ángel Nieto, recurso de acceso general para la realización de deporte de alto nivel motivacional para los participantes.

**GRUPOS.** Participantes mayores de 35 años

**HORARIO:** Jueves de 18:30 a 20:00

#### ➤ ATLETISMO

Se realizarán sesiones que conlleven el desarrollo de la fuerza, la resistencia física y ejercicios de velocidad. Tendrán un mayor dominio del cuerpo y su entrenamiento mejorará la condición física necesaria para la mejora de la salud física y mental. Esta actividad se realizará en pistas de atletismo ubicadas en el término municipal.

**GRUPOS.** Cualquier edad

**HORARIO:** Viernes de 19:15 a 20:45h