

# Aún quedan lugares para ocupar en las colonias de verano para adultos mayores

19/01/2023



Como en años anteriores, desde la Dirección de Deportes del Municipio, se busca tratar de seguir ayudándoles a los adultos mayores a estar bien, a disfrutar, ejercitarse y pasar buenos momentos, por lo que de manera gratuita pueden participar de las colonias de verano. Sobre ello dialogó con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael, Lucía Martín, coordinadora del Programa Adulto Mayor de aquel organismo municipal.

Expresó que lo que se busca desde la Dirección de Deportes, es poder seguir dándoles a los adultos mayores un espacio en las colonias de verano, con Natación y Acuazumba, que se desarrollan los martes y jueves en el polideportivo número 1 desde las 18, y los miércoles y viernes en el polideportivo número 2, desde la misma hora. “Se acercan directamente que

ahí los profes que están a cargo de la colonia les van a dar los requisitos, porque se pide una aptitud médica, señaló y destacó que no solamente se desarrollan juegos deportivos, sino que también trabajan con otras actividades como pueden ser las caminatas que requieren algo de esfuerzo físico. Aclaró que los interesados pueden concurrir los cuatro días de la semana, es decir, dos días en un polideportivo y dos días en el otro. Es totalmente gratuito.

Destacó que hay lugar aún para que se sigan sumando personas que deseen formar parte de estas colonias, simplemente deben acercarse con ganas de estar bien y de practicar deportes en los días y horarios mencionados, ya que serán los docentes quienes directamente tomarán los datos necesarios. “Les recomiendo que se sumen, esta es una actividad pensada exclusivamente para los adultos, es lindo”, destacó remarcando que se trata de tomar la iniciativa de animarse y salir, ya que “este es un buen momento para arrancar, para quedarse después en alguno de nuestros centros deportivos”.