



## El programa gratuito de Actividad Física en los Parques de la ciudad se realizará durante todo el mes de julio de lunes a sábado

**Burgos, 25 de junio de 2020.-** El Ayuntamiento realiza el programa actividad física en los parques para todos aquellos que desean realizar ejercicio físico en espacios abiertos, con el objetivo de Promover la práctica regular de ejercicio físico en la población de Burgos y de estimular la adquisición de hábitos de vida saludables tras el confinamiento. De lunes a sábado en horario de mañana y de tarde, en cuatro parques de la ciudad, hay un/a monitor/a realizando ejercicios para todo el que quiera unirse; se realizará durante todo el mes de julio.

### Horarios de lunes a sábado excepto festivos:

Parque	Mañana, participantes	Tarde participantes
Félix Rodríguez de la Fuente	De 9 – 10 hasta 70 años De 10 -11 a partir de 70 años	De 18 - 19 h hasta 70 años De 19 – 20 h a partir de 70 años
Cruz Roja	De 9 – 10 hasta 70 años De 10 -11 a partir de 70 años	De 18 - 19 h hasta 70 años De 19 – 20 h a partir de 70 años
Parque San Agustín	De 9 – 10 hasta 70 años De 10 -11 a partir de 70 años	De 18 - 19 h hasta 70 años De 19 – 20 h a partir de 70 años
La Isla (a la altura del estanque)	De 9 – 10 hasta 70 años De 10 -11 a partir de 70 años	De 18 - 19 h hasta 70 años De 19 – 20 h a partir de 70 años

**Es una actividad gratuita. No es necesario apuntarse; Al llegar al parque, incorporarse al grupo; Es importante seguir las medidas sanitarias y las indicaciones del monitor/a.**