



El objetivo es promover un estilo de vida saludable entre beasaindarras de más de 55 años

Los entrenamientos en Beasain comenzarán el 25 de marzo y se repetirán todos los viernes por la mañana de 11:00 a 12:30 horas. Se podrá inscribir en el polideportivo Antzizar

Dentro del envejecimiento activo y con el objetivo de prolongar la autonomía de vida, el Ayuntamiento de Beasain tiene como fin fomentar la actividad física y cognitiva entre la población mayor. Con ese propósito, el Ayuntamiento se ha sumado al proyecto Walking Football que la Fundación Real Sociedad ha puesto en marcha con la necesidad de incidir en el bienestar de la ciudadanía a través del cuidado de la salud. El objetivo de este proyecto es promover un estilo de vida activo y saludable en las personas mayores de cincuenta y cinco años. Además, con este proyecto se pretende crear un espacio en el que las personas de este colectivo puedan fomentar las relaciones sociales durante su actividad física.

En este ámbito, el Ayuntamiento cuenta con una serie de proyectos dirigidos a fomentar el envejecimiento activo e incidir en la autonomía y bienestar de las personas mayores, como son los talleres que se llevan a cabo en la Asociación de Jubilados, o la participación en proyectos como Beasain Lagunkoia, Goiz Alzheimer, Goiz Zaindu, Neurobai, o los cursos que organiza el polideportivo Antzizar en colaboración con el Centro de Salud de Beasain.

Este proyecto de la Fundación Real Sociedad se enmarca dentro del interés por fomentar un estilo de vida saludable a través de actividades deportivas, en este caso para mayores de 55 años. Así, el campo de fútbol municipal Loinaz de Beasain será la sede de este

proyecto gracias a la colaboración del Ayuntamiento y Beasain Kirol Elkarte.

Walking Football es una modalidad de fútbol diseñada para ayudar a mantener un estilo de vida activo y pasarlo bien. Consiste en jugar al fútbol, pero con algunas modificaciones: se jugará andando, se evitará el contacto y no se podrá levantar el balón por encima de la cabeza entre otras normas. Un entrenador de la Real Sociedad realizará un entrenamiento de una hora y media una vez a la semana dirigido a todas las personas interesadas en participar en el Walking Football.

Un proyecto a nivel de Gipuzkoa

Los entrenamientos arrancarán el martes 22 de marzo en Zubieta, miércoles 23 en Arrasate y viernes 25 en Beasain. A partir de esos días, los entrenamientos se celebrarán todas las semanas en las siguientes sedes y horas:

- Zubieta (instalaciones Real Sociedad): Los martes de 11:00 a 12:30
- Arrasate (campo de fútbol Mojategi): Los miércoles de 11:00 a 12:30
- Beasain (campo de fútbol Loinaz): Los viernes de 11:00 a 12:30

Todas aquellas personas de más de 55 años que quieran disfrutar de otra forma de hacer deporte, y quieran también disfrutar y pasarlo bien, podrán inscribirse a Walking Football a través de este [enlace](#). También habrá hojas de inscripción en el polideportivo de Beasain.

Este proyecto de Real Sociedad Fundazioa cuenta con la colaboración de Adinberri, Donostia Lagunkoia, Matia Fundazioa, Adinkide, Agujipens (Asociación guipuzcoana de jubilados y pensionistas), el Ayuntamiento de Arrasate y el Ayuntamiento de Beasain.

Para cualquier duda o más información en el correo Esta dirección de correo electrónico está siendo protegida contra los robots de spam. Necesita tener JavaScript habilitado para poder verlo. o en el teléfono 943 46 28 33