



**Caritas**  
Castrense

<http://www.caritascastrense.es/>

NOTICIA

## Cáritas Parroquial Castrense Sta. María de La Dehesa: Sesión semanal de gimnasia con el Grupo de Mayores

En esta ocasión se realizaron diversos ejercicios para mejorar la fuerza de brazos y piernas.

La Parroquial comunica:

Un jueves más el grupo de mayores de Caritas Parroquial Castrense Santa María de la Dehesa realizaron una sesión de gimnasia.

El grupo estaba formado por 27 participantes y 4 voluntarios que realizaron diversos ejercicios para mejorar la fuerza de brazos y piernas.

El grupo estuvo muy animado y se nota la mejora de la condición física en todas las participantes, además de toda la alegría y el ánimo de demostraron.

