

Déjalo y muévete



¿EN QUÉ CONSISTE?

Programa dirigido al abandono del tabaco mediante una terapia psicológica y ejercicio físico adaptado.



¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

Cualquier persona fumadora mayor de 18 años



¿QUIÉN LO ORGANIZA?

El proyecto de Universidad Saludable de la Universidad de Zaragoza en colaboración con la Asociación Española contra el Cáncer



¿DÓNDE SE REALIZA?

En el Vicerrectorado del Campus de Huesca, Pabellón Polideportivo Río Isuela y Exteriores.



¿CUÁNTO DURA EL PROGRAMA?

7 semanas de duración. Martes y miércoles de 18 a 19 horas. Del 6 de noviembre al 18 de diciembre (salvo festivos)



¿CUÁNTAS PLAZAS HAY DISPONIBLES?

De 8 a 16 personas



¿CUÁNTO CUESTA?

GRATUITO. Sólo deberás abonar una fianza de 20€ que te será devuelta si cumples con el 100% de asistencia.



¿CÓMO PUEDO INSCRIBIRME?

Hasta el 3 de noviembre en la web

deporthu@unizar.es 974 23 93 87

¡Es tu momento para dejarlo!

<http://eventos.unizar.es/go/dejalo-2024>