



vals:  
obra social sport





# MANTENIMIENTO, PILATES, ZUMBA Y YOGA

# OBJETIVOS

- Práctica deportiva de Manteniminetos, Pilates, Zumba y Yoga para personas con discapacidad, integrándolas en este deporte y aumentando la autoestima.
- Marcos de colaboración con entidades públicas y privadas.
- Accesibilidad para la práctica del deporte de Mantenimiento en Vals Sport.
- Concienciación social.
- Potenciar la formación especializada en el ámbito del deporte y la discapacidad.



# ¿QUE PRETENDEMOS?

Inserción social a través del deporte.

## JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Mejorar la calidad del vida mediante mantenimiento, pilates, zumba, yoga, actividades terapéuticos, servicios funcionales y actividades deportivas.

# REHABILITACIÓN INDEFINIDA

1. Aspecto deportivo.
2. impacto social como referente y ser pioneros.



# NUESTROS VALORES

Compromiso

Respeto

Esfuerzo

Superación

Inclusión

Integración

Igualdad

Transparencia

Honestidad

Coherencia

Sentido Común

Adaptación a las necesidades funcionales

Trabajo cooperativo

Consumo responsable



# METODOLOGIA

Mediante actividades individualizadas durante 2 días a la semana, dos actividades a elegir entre:

Mantenimiento, Pilates,  
Zumba y Yoga.



# BENEFICIOS FÍSICOS Y PSÍQUICOS



MARQUEMOS EL PUNTO DE INTEGRACIÓN  
A TRAVÉS DEL DEPORTE DE:  
**YOGA, PILATES, MANTENIMIENTO Y ZUMBA**



vals:  
obra social sport

**iGracias!**

