

DEL 16 AL 21 D'ABRIL DE 2012

SETMANA DE L'ACTIVITAT FÍSICA I LA SALUT DE SALT



PROGRAMA

DILLUNS 16 D'ABRIL

PASSEJADA SALUDABLE PEL PARC DE LES DEVESES
CENTRE DE RECURSOS DE LA GENT GRAN / 9.00 - 10.30 h

DIMARTS 17 D'ABRIL

"EL JOC DE LA SALUT O LA SALUT EN JOC"
MERCAT MUNICIPAL COBERT / 11.00 - 12.00 h

"MARCAT UN BALL PER LA TEVA SALUT"
PASSEIG CIUTAT DE GIRONA / 12.00 - 13.00 h

RODA DE CAPOEIRA
PASSEIG CIUTAT DE GIRONA / 18.30 - 19.30 h

DIMECRES 18 D'ABRIL

"PEDALA PER LA TEVA SALUT"
PASSEIG CIUTAT DE GIRONA / 10.30 - 12.30 h

BATEIG DE PIRAGÜISME
LA PILASTRA / 16.00 - 18.00 h
INSCRIPCIÓ: esports@udg.edu o al tel. 972 418 060

XERRADA-TALLER: "L'ACTIVITAT FÍSICA COM A EINA DE PREVENCIÓ"
CENTRE DE RECURSOS DE LA GENT GRAN / 16.30 h

DIJOUS 19 D'ABRIL

SESSIÓ DE DINAMITZACIÓ AL PARC URBÀ DE SALUT
PARC URBÀ DE SALUT (davant Parc Hospitalari Martí i Julià) / 10.30 h

CAMINADA SALUDABLE AMB ARRIBADA AL PARC DE LES CASERNES DE GIRONA
DAVANT DE L'AJUNTAMENT DE SALT / 13.00 h
INSCRIPCIÓ: www.udg.edu/catedrapromociosalut

PILATES: EQUILIBRI, SALUT I QUALITAT DE VIDA
CENTRE DE RECURSOS DE LA GENT GRAN / 17.00 - 18.30 h

DIVENDRES 20 D'ABRIL

TAI-TXI-TXUAN
PLAÇA LLUÍS COMPANYS / 10.00 - 12.00 h

"HIGIENE POSTURAL: COM PORTAR LA COMPRA SENSE FER PATIR EL NOSTRE COS"
MERCAT RAMBLA MASSANA / 10.00 - 12.00 h

"EL JOC DE LA SALUT O LA SALUT EN JOC"
PLAÇA LLUÍS COMPANYS / 12.00 - 13.00 h

EXHIBICIÓ DE HIP-HOP
PASSEIG CIUTAT DE GIRONA / 18.00 - 18.45 h

FESTA DE L'ESPORT
AUDITORI FACTORIA CULTURAL COMA CROS / 20.00 h

DISSABTE 21 D'ABRIL

JORNADA DE PORTES OBERTES ESCOLA DE DANSA NOU ESPIRAL: CLASSES GRATUÏTES NIVELL INICIACIÓ
INSCRIPCIÓ: tel. 972 242 999 / 9.00 - 14.00 h

TAMBÉ HI PARTICIPEN:

CENTRE DE RECURSOS DE LA GENT GRAN:
"Redescobrim el tennis", dansateràpia, caminades i tallers saludables.
CENTRES OBERTS DE SALT:
tallers de berenars saludables "Farcells de galeta amb fruita i iogurt" i bicicletades al Pla dels Socs.

ORGANITZA



AMB EL SUPORT

Consell de Catalunya
Departament de Salut



IN COL·LABORACIÓ

