



INFORMACIÓ

En motiu de la Setmana Europea de l'Esport (del 23 al 30 de setembre), l'Ajuntament d'Igualada, el Servei d'Esports, el Departament de Salut i el Consell Esportiu de l'Anoia organitzen l'activitat: ACTIVA'T CAMINANT.

L'objectiu és promoure i impulsar la pràctica de l'esport i l'activitat física, animant la ciutadania a adoptar un estil de vida actiu i més saludable i combatre el sedentarisme. És per a tothom, independentment de l'edat, l'experiència o la condició física de cada un. Participa a les caminades per fer salut, gaudir de la natura i socialitzar!

PROGRAMA

ACTIVITAT GRATUÏTA

Dia: Dijous 28 de setembre de 2023

Horari: De 10:00h a 12:00h

Sortida i arribada: Amfiteatre de Les Comes d'Igualada.

Abans de sortir, es realitzaria una sessió d'estiraments i activació per a preparar-se per a la caminada.

Recorregut: Se sortirà des de l'amfiteatre en direcció al Col·legi Maristes per accedir al camí de l'Anella Verda. Es pujarà fins al Mirador i es farà una aturada. Posteriorment se seguirà el camí fins a Can Roca i des d'allà novament cap a l'amfiteatre.

Al finalitzar, refrigeri saludable per a tothom.

INSCRIPCIÓ

Per participar-hi, cal fer la inscripció a través del següent enllaç: [Inscripció Activitat: ACTIVA'T CAMINANT](#), o bé enviant un correu a activitats@ceanoia.cat, o trucant al telèfon 93 803 19 50 (ext.2410). També es pot demanar informació sobre les caminades mitjançant les mateixes vies de contacte.

CONTACTE ORGANITZACIÓ

Per a qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb nosaltres enviant un correu electrònic a la següent adreça electrònica: activitats@ceanoia.cat (Marta Trenado) o bé trucant a les nostres oficines al 93 805 42 10 o 93 803 19 50 extensió 2410. Horari de dilluns a divendres de 8:00h a 13:00h.

