



CATEGORIES		
------------	--	--

Prebenjamí	1r i 2n de Primària	
Benjamí	3r i 4t de Primària	
Aleví	5è i 6è de Primària	
Infantil	1r i 2n d'ESO	
Cadet	3r i 4t d'ESO	
Juvenil	1r i 2n de Batxillerat	

INFORMACIÓ		
------------	--	--

Pla de promoció	MARXA NÒRDICA	
Inscripcions	Obertes mitjançant l'APP del PlayOff o a ceanoia.cat. *Cal realitzar la reserva 30 dies abans de l'activitat.	
Preu	3,50€/alumne *Pendent d'aprovar per assemblea.	

Calendari	Del 1 de març de 2027 al 5 de març de 2027	
Horari	De 09:30 a 11:00 / d'11:00 a 12:30 / de 15:00 a 16:30.	

Recorregut recomanat	OPCIONES: 1. Parc Central Igualada 2. Parc Puigcornet Igualada 3. Parc Fluvial Vilanova del Camí	
Grup	25 màxim d'alumnes per torn	
Organització	Introducció dels bastons a la marxa de cada persona (caminar), treballem la coordinació, l'equilibri, la força, la resistència i la postura corporal, fent exercicis i jocs, (individuals i per parelles) posant en pràctica totes les destreses motrius apreses.	
Recomanacions	Roba còmoda i calçat esportiu, gorra, crema solar i aigua.	
Resultats	Diploma de reconeixement a la iniciació de la marxa nòrdica per a cada participant.	