

ACTIVA'T CAMINANT

CAMINADES GUIADES



www.ceanoia.cat

INFORMACIÓ

El Consell Esportiu de l'Anoia, organitza l'activitat ACTIVA'T CAMINANT (caminades guiades) amb l'objectiu de fomentar un estil de vida actiu i saludable, millorar l'estat de salut de les persones participants en el projecte, i educar i aprendre sobre els hàbits de vida saludable de la població.

PROGRAMA

Les caminades guiades es desenvolupen per Igualada i els seus voltants, els dilluns i dijous de 9:00 a 10:30 a partir de l'octubre de 2024 amb grups de màxim 20 persones, recorrent els diferents circuits de rutes saludables, diferents distàncies i diferents entorns.

El programa esta dissenyat específicament per a persones adultes i gent gran, dirigides per monitors i monitores del Consell Esportiu de l'Anoia.

Participa a les caminades per fer salut, gaudir de la natura i socialitzar.

L'activitat començarà el dilluns 30 de setembre de 2024 i finalitzarà el 26 de juny de 2025.

INSCRIPCIÓ

Per a tramitar la inscripció s'haurà d'enviar un correu a: activitats@ceanoia.cat informant de la voluntat de participar en aquesta activitat.

Inscripcions obertes a partir del 20 de setembre.

CONTACTE ORGANITZACIÓ

Per a qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb nosaltres: 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 9:00h a 13:00h.

