

SESSIONS DINAMITZACIÓ

PARCS URBANS DE SALUT

DIJOUS a les 10:30h*

Barri SANT ROC (Ermita)

DIJOUS a les 11:30*

Barri SANT MIQUEL (Consum")

**SERVEI
GRATUÏT**

DIVENDRES a les 10:15h*

Barri SANT CRISTÒFOR/MASBERNAT

(Vial St Jordi)

**PER A
TOTS ELS
PÚBLICS**

- 20 SESSIONS PARC SALUT i 6 SESSIONS DE "CAMINADES SALUDABLES".
- MÉS DE 30 EXERCICIS POSSIBLES.
- SESSIONS FORMATIVES. SEGUIMENT INDIVIDUALITZAT i COL·LABORACIÓ AMB ELS C.A.P.
- MONITOR LLICENCIAT EN EDUCACIÓ FÍSICA
- GENT GRAN, JOVES, ADULTS, ATLETES, PERSONES AMB NECESSITATS ESPECIALS, RECUP. LESIONS, GRUPS ESPECÍFICS (Diabetis, Fibromiàlgia, etc.)...TOTHOM HI TÉ CABUDA.
- EN CAS DE PLUJA, SESSIÓ EN INTERIOR. Espai concretat als cartells del parc de salut.

*Del 3/01 al 13/06 (excepte setmana santa) i del 15/09 al 21/11. Horaris subjectes a modificació. Recomanem consultar.

Contacte:

David Gómez Pérez. Llicenciat Educació Física (Col·legiat 52644)

Coordinador Xarxa parcs urbans salut i itineraris saludables

Correu electrònic: dinamitzacio@edat3.com

Telèfon contacte: 676 55 66 28

EDAT 3 (Pl. Manel Marcillo, 3) – 17800 OLOT

Tlf. 972 26 72 12 (9 a 15h)

www.edat3.com

VINE I PARTICIPA!

APROFITA LA OPORTUNITAT.



Ajuntament d'Olot



Dipsalut
Organisme de Salut Pública
de la Diputació de Girona



CONSELL
COMARCAL
DE LA
GARROTXA

