

6 d'abril

#gentactiva

+ actius
cada dia



Dia Mundial de l'Activitat Física

**Acumula 30 minuts d'activitat física diària si ets adult
i 60 minuts si ets un infant o adolescent!**

Manlleu Del 4 al 10 d'abril de 2019

Gent activa, gent feliç

Institut Català de la Salut
Servei d'Atenció Primària Osona
EAP Manlleu

e Esports
Ajuntament de Manlleu

Piscina
Municipal
de Manlleu

Mercat Municipal
de Manlleu

Inscriu-te i participa a:
esport.gencat.cat/gentactiva

Generalitat
de Catalunya

CALENDARI D'ACTIVITATS

DIJOUS 4 D'ABRIL

- 12:15 h **Aiguafitness** (Piscina Municipal)
- 15:30 h **Caminada Temps x Temps** (parc Àngela Roca)

DIVENDRES 5 D'ABRIL

- 19 h **Masterclass Spinning** (Plaça Dalt Vila)
Inscripcions gratuïtes a www.ammcycling.com

DISSABTE 6 D'ABRIL

- 10 h **Bateig de submarinisme** (Piscina Municipal)

DILLUNS 8 D'ABRIL

- 20 h **Marxa nòrdica** (Mercat Municipal)

DIMARTS 9 D'ABRIL

- 15:15 h **Hipopresius** (Casal Cívic Frederica Montseny)

DIMECRES 10 D'ABRIL

- 20 h **Running** (Mercat Municipal)

Totes les activitats són gratuïtes.

Per participar a les activitats cal reservar plaça:
Piscina municipal 93 851 1355 o Can Puget 616 487 762