

Comença el Cicle de Passejades per a gent gran a Granollers

La primera caminada ha estat d'uns 6 km fins al Circuit de Barcelona-Catalunya, amb visita



[+](#) [1]

Participants de la primera caminada del Cicle de Passejades 2017-18

Aquest dimarts, 12 de desembre s'ha realitzat la primera activitat del Cicle de Passejades per a gent gran d'aquest curs.

En aquesta ocasió, la caminada s'ha fet de les Pistes d'Atletisme de Granollers al Circuit de Barcelona-Catalunya. Els participants s'han trobat a les 9.30 h, han esmorzat i, tot seguit, han realitzat una sessió d'activació muscular i uns estiraments. A continuació, ha començat el passeig per la llera del riu Congost, fent una petita parada en passar pel bosc de Can Cabanyes i fins a arribar al Circuit. La distància total aproximada de la caminada ha estat de 6 km per un recorregut planer.

A banda de la passejada, la sortida també incloïa una visita guiada pel Circuit de Barcelona-Catalunya i una volta amb autocar per la pista. La tornada fins a Granollers s'ha fet en autocar, on la jornada ha culminat amb un dinar al Pavelló Municipal d'Esports.

Aquest Cicle de Passejades per a gent gran és un programa impulsat per la Diputació de Barcelona en el qual hi participa i coorganitza el Servei d'Esports de l'Ajuntament de Granollers. Es va iniciar l'any 2001 i té com a objectiu facilitar la incorporació de l'activitat física en la vida diària de la gent gran, potenciar un estil de vida actiu i donar a conèixer diferents entorns geogràfics de la província.

Les caminades estan adaptades a les necessitats i possibilitats del col·lectiu de gent gran, són suaus i assequibles. Acostumen a tenir una distància d'entre 6 i 8 km i durada

aproximada de 3 hores, fent parades durant el recorregut.

Les pròximes passejades d'aquest any són: el 14 de febrer de 2018 a Santa Coloma de Gramenet, el 14 de març a Roda de Ter i el 12 d'abril a Santpedor. El preu de cada passejada és de 5 € i inclou l'autocar, l'assegurança d'accidents i un mocador al coll. Les places estan limitades a 50 inscripcions per passejada.

Galeria d'imatges

-



[2]

-



[3]

en marxa

Inici de la passejada en direcció al Circuit de Barcelona-Catalunya

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type, //dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/noticies/ajuntament/comen%C3%A7a-el-cicle-de-passejades-gent-gran-granollers>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2017/12/whatsapp_image_2017-12-12_at_10.46.33.jpeg [2]

https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2017/12/whatsapp_image_2017-12-12_at_10.46.32_0.jpeg

[3] https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2017/12/whatsapp_image_2017-12-12_at_10.46.34_0.jpeg