

Granollers convida a la ciutadania a celebrar el Dia Mundial de l'Activitat Física

loga, zumba i tast esportiu són algunes de les activitats programades a la jornada esportiva



Dia Mundial de l'Activitat Física

Amb motiu del Dia Mundial de l'Activitat Física, aquest **dimecres 6 d'abril**, l'Ajuntament de Granollers conjuntament amb l'Institut Català de la Salut (Atenció Primària Metropolitana Nord) conviden a la ciutadania a participar en la jornada esportiva organitzada sota el lema "Mou la vida". Una jornada que té com a objectiu promoure l'activitat física com a element fonamental de salut i benestar, i combatre el sedentarisme.

Així doncs, entorn del 6 d'abril, amb la col·laboració de diverses entitats esportives de la ciutat s'han organitzat un conjunt d'activitats gratuïtes i obertes a tothom:

Sessions de loga per a adults

Hora: 10-10.45 h

11-11.45 h

Lloc: Pistes municipals d'atletisme de Granollers

Activitat dirigida per Meritxell Segovia, infermera del CAP Sant Miquel

Tast d'esports per a nens i nenes

Hora: 16.30-18.30 h

Lloc: Plaça de la Porxada de Granollers

Activitat dirigida per entitats esportives de Granollers (Club Escacs Granollers, Club Tennis Taula Granollers, Tennis Pàdel Granollers, Club Hapkido Granollers, Club Esgrima Granollers i Secció esportiva Escola Pia Granollers)

Sessió de zumba

Hora: 17-17.45 h

Lloc: Plaça de l'Església

Activitat dirigida pel Club Natació Granollers

Sessió Especial Força

Hora: 18-18.45 h

Lloc: Plaça de l'Església

Activitat dirigida pel Club Natació Granollers

Documents relacionats

- [10 trucs per fer més activa la teva vida](#) ^[2]

Enllaços Relacionats

- [Dia Mundial de l'Activitat Física. Gencat](#) ^[3]

// 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/sala-de-premsa/granollers-convida-la-ciutadania-celebrar-el-dia-mundial-de-l%E2%80%99activitat>

Enllaços

[1] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/04/captura.png>

[2] https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/04/en_trucs_mou_la_vida_1.pdf

[3] https://salutpublica.gencat.cat/ca/ambits/promocio_salut/suma-salut/dies-mundials/dia-mundial-

activitat-fisica/