

Granollers entrena des de casa

L'Ajuntament de Granollers proposa dues classes dirigides setmanals mentre duri el



[+](#) [1]

L'Ajuntament de Granollers proposa dues classes dirigides setmanals mentre duri el confinament

Es presenta una nova iniciativa per a un confinament actiu i saludable sota el títol de Granollers Entrena. Es tracta d'una proposta adreçada a a totes aquelles persones que vulguin fer exercici acompanyades virtualment d'altres participants i dirigides per una especialista en educació física.

Així, mentre duri el confinament, cada dimarts i dijous a les 19 h es faran entrenaments dirigits de condició física general a través de l'aplicació gratuïta Jitsi Meet. Per participar-hi, només cal dur roba còmode i calçat esportiu i accedir a la sessió el dimarts i dijous a les 19 h a través d'aquest enllaç: <https://meet.jit.si/GranollersEntrena> [2]

Trobareu més propostes per continuar amb la pràctica esportiva des de casa a www.granollers.cat/coronavirus [3] i a www.granollers.cat/esports [4]

// 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-entrena-des-de-casa>

Enllaços

[1] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2020/04/granollersentrena3.jpg>

[2] <https://meet.jit.si/GranollersEntrena> [3] <https://www.granollers.cat/coronavirus>

[4] <https://www.granollers.cat/esports>