

Posa't en marxa a Cervera

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física, Salud comunitaria.

Descripción

Caminades d'una hora de durada utilitzant la tècnica de la Marxa Nòrdica.

Se surt de la pl. Sant Jordi tots els dilluns a les 19:30h d'octubre a juny. Hi ha formació prèvia i nivells. S'haurà d'abonar 5€ per tot el curs. L'organització pot facilitar els pals durant el curs. Es fan sessions d'escalfament a l'inici de l'activitat i d'estiraments al final

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

Sisco Suau, Arseni López i Sara Ribera (973531048) (sribera.lleida.ics@gencat.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Excursionista de la Segarra, Paeria de Cervera i CAP Cervera

Fecha de última actualización de la actividad

29/03/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Plaza Santa Anna s/n 25200 Cervera Cervera Lleida Catalunya España



Página web del proyecto

<http://www.ces.cat>