

"Marxa nòrdica (A)"

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

"Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web). Si caminar ja és sa, fer-ho amb bastons i en bona companyia encara ho és més, ja que ens ajuda a moure tot el cos i a repartir l'esforç entre les quatre extremitats. Amb el nòrdic walking enfortirem els braços i la musculatura de l'esquena i millorarem la postura, mentre descobrim nous indrets. Sortides fora de Barcelona accessibles en transport públic, i en entorns amb ombra. Cal portar els bastons. QUÈ CAL PORTAR EL PRIMER DIA: Cal portar calçat còmode i una ampolleta d'aigua. Dies abans s'indicarà tipus de bastons i punt de trobada."

Población

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

Persona de contacto

"Centre Cívica Sagrada Família" ("93 450 89 17") (info@ccsagradafamilia.net)

Entidad participante/colaboradora/promotora

"Centre Cívica Sagrada Família"

Fecha de última actualización de la actividad

01/04/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Provença 480 08025 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 07/05/2022 a 31/12/2022

Página web del proyecto

<https://sagradafamilia.inscripcionescc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=39&a=5209>