

Marxa nòrdica (A)

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

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 nordic walking enfortirem els braços i la musculatura de l'esquena i millorarem la postura, mentre descobrim indrets de la ciutat. QUÈ CAL PORTAR EL PRIMER DIA: Cal portar calçat còmode, roba d'abrigar per capes i una ampolleta d'aigua. Cal portar els pals de caminar. Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web).

Población

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

Persona de contacto

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

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic Sagrada Família

Fecha de última actualización de la actividad

12/06/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Provença 480 08025 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 15/01/2024 a 11/03/2024

Página web del proyecto

<https://sagradafamilia.inscripcionscc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=39&a=5935>