

# Rutes saludables

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

---

## Descripción

Activitat gratuïta.

Dos dies per setmana matí o tarda.

Dinamitzat  
per els nostres voluntaris i voluntàries.

Grups tancats i reduïts amb inscripció previa, truca al 900  
100 036 i pregunta per les rutes saludables o bé envia un correo a

[ana.velasco@contraelcancer.es](mailto:ana.velasco@contraelcancer.es)

Rutes per tot el municipi, amb diferents punts de trobada.

Duració 1h i 30 min cada ruta.

Desde 18 anys sense límit d'edat.

Una activitat per fomentar l'exercici físic i millorar la  
nostra

salut general.

---

## Población

Población General - Mujeres ()

---

## Persona de contacto

ANA VELASCO CASAJÚS (900 100 036) (ana.velasco@contraelcancer.es)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

ASSOCIACIÓ CONTRA EL CÀNCER

---

## Fecha de última actualización de la actividad

27/11/2024

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Plaza Boleranys 5 08800 Abrera Barcelona Cataluña España



---

## Página web del proyecto

<https://www.contraelcancer.es/es>

---

## Imagen de la Actividad

# En marxa contra el càncer

## #RutasSaludables

### COM APUNTAR-S'HI?



Pots inscriure-t'hi prèviament  
trucant al telèfon: 900 100 036,  
disponible les 24 h del dia  
els 365 dies de l'any.

UNA ACTIVITAT  
PER TOTA LA  
POBLACIÓ



