

# Cicle de passejades per a la gent gran 2024-2025

Red adscrita  CAT

---

## Temas

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

---

## Descripción

Tots els dimarts no festius del mes d'octubre al mes de maig de 9h del matí a 12 hores del migdia.

El Cicle de passejades per a la gent gran és un projecte promogut per la Diputació de Barcelona gràcies a la complicitat de més de 80 ajuntaments de la província, que organitzen els seus grups de participants.

El projecte va néixer l'any 2001 amb l'objectiu principal de promoure i dinamitzar l'activitat física i l'exercici entre les persones grans com a eina per millorar la salut física i mental i afavorir les relacions interpersonals així com la socialització de les persones participants, a més de donar a conèixer el territori de la província, d'una manera adaptada a les seves possibilitats, amb uns recorreguts suaus i assequibles per pistes forestals o camins de muntanya i distàncies d'entre 8 i 10 quilòmetres.

Des de la temporada 2017-2018 es va apostar per la introducció de la marxa nòrdica en el projecte, i cada vegada hi ha més municipis que segueixen aquesta modalitat.

---

## Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Majors de 60 anys)

---

## Persona de contacto

Joan Ruiz ( Tècnic d'esports) (938458429) (jruiz@vilanovadelvalles.cat)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament de Vilanova del Vallès i Diputació de Barcelona

---

## Fecha de última actualización de la actividad

04/12/2024

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle M<sup>a</sup> Aurèlia Capmany 2-4 08410 Vilanova del Vallès Pavelló d'esports municipal Vilanova del Vallès Barcelona Catalunya España



## Página web del proyecto

<https://www.vilanovadelvalles.cat/arees/esports/>

---

## Imagen de la Actividad



