

Amb l'esport net
guanyam sempre!

Viu en comunitat

activitats físiques per a gent gran



Activitats de mitja jornada

Data	Activitat	Lloc
Dimecres, 5 de novembre	Bot dragó	Llac Esperança d'Alcúdia
Dilluns, 17 de novembre	Senderisme	Son Real (Sta. Margalida)
Dijous, 27 de novembre	Bot dragó	Llac Esperança d'Alcúdia
Dimarts, 2 de desembre	Senderisme	Son Real (Sta. Margalida)
Dijous, 11 de desembre	Bot dragó	Llac Esperança d'Alcúdia
Dimarts, 16 de desembre	Senderisme	Son Real (Sta. Margalida)



Característiques

Oferta: 100 places, 80 per a associacions i 20 reservades per a persones individuals.
Horari: de 10.00 a 13.00 h, es fan 2 sessions d'activitat física i 1 taller.

Activitats d'un dia sencer

Data	Activitat	Lloc
Dijous, 13 de novembre	Senderisme	Galatzó - Calvià
Dimecres, 19 de novembre	Senderisme	Lluc
Dimarts, 25 de novembre	Senderisme	Galatzó - Calvià
Dimarts, 9 de desembre	Senderisme	Lluc
Dijous, 18 de desembre	Senderisme	Galatzó - Calvià



Característiques

Oferta: 150 places, 120 per a associacions, 30 reservades per a persones individuals.
Horari: de 10.00 a 17.30 h, es fan 4 sessions d'activitat física i 2 tallers.

Totes les activitats

A part de l'activitat principal també es faran altres activitats complementàries com xerrades, visites culturals, classes d'estiraments, ioga i tallers d'hàbits saludables. Hi haurà un servei d'autobús a disposició de les associacions per fer el trasllat.

Totes les activitats **són gratuïtes**, es recomana dur aigua.

Inscripcions

A partir del 15 d'octubre a les 10h al telèfon 638.090.909
o al correu esportsadults@conselldemallorca.net
De dilluns a divendres de 9h a les 15h.