



**Dia Mundial
de l'Activitat Física**

**Girona
6 d'abril de 2014**

Acumula 30 minuts d'activitat física cada dia

"Activitat física: un gol d'or per a la salut"

Vine a la caminada saludable per la Vall de Sant Daniel !

10:30h.

Caminada saludable de la Font del Ferro
(Sortida de la Plaça de Sant Pere).

11:45h.

Pistes poliesportives davant del Monestir:
- Batucada.
- Mini sessió d'estiraments.
- Entrega d'obsequi als participants!

12:30h.

Visita al claustre del Monestir de Sant Daniel.
Sorteig de menús per a dues persones
als restaurants La Calèndula, +Cub i Tornés
(acreditats AMED) i d'un cap de setmana per
a dues persones a un alberg de la Xanascat.



1714 / 2014



**Generalitat
de Catalunya**

*Agenda
MUNDO*

Pla d'Activitat Física
Esport i Salut

Pla integral per a la promoció
de la salut mitjançant l'activitat
física i l'alimentació saludable

Pla Nacional de Promoció
de l'Activitat Física

esportcat

fundació
agrupació

www.DiaMundialActivitatFisica.cat

www.pafes.cat

Amb la col·laboració de:

