

JOVENTUT I ESPORTS

Concurs: #SefIdees.

Amb #selfiees, dona la cara per les teves idees i fes realitat el món que vols! Selfidees és una campanya impulsada per la Direcció General de Joventut de la Generalitat de Catalunya per fomentar la creativitat i la participació: per donar veu i posar cara a totes les idees genials que encara no han trobat el seu lloc. Perquè la millor eina que tenim al nostre abast per a construir el món i el país en el que ens agradaria viure són les nostres idees.

Per això volem escoltar les vostres idees genials i donar eines per aprendre a dur-les a terme:

- 1.- Publica a instagram la teva idea,
2. Posa-hi l'etiqueta #selfidees
- 3.- I "nomena" a d'altres persones perquè també publiquin les seves idees

Les 25 millors guanyaran un curs de creativitat i innovació. Pots participar si tens menys de 30 anys, del 15 al 31 d'agost. Selfidees és una iniciativa de la Direcció General de Joventut de la Generalitat de Catalunya.

SPINNING A LA PISCINA

Divendres 7 d'agost a partir de les 20h. Inscripcions a la Piscina. 6€ amb sopar inclòs. (entrepà, beguda i gelat o cafè)

INFORMACIÓ D'INTERÈS MUNICIPAL

Pavelló Poliesportiu de Fontcoberta

- Fins el 23 d'agost, el pavelló romandrà tancat.
- Durant el mes d'agost, els dimecres al matí, l'Ajuntament estarà tancat.
- El proper dilluns **3 d'agost** l'Ajuntament romandrà tancat per festa local.

Piscina Municipal

Piscina oberta els divendres de 8 a 12 de la nit amb servei de bar i sopar.

Cursets de Natació 2015. Piscina de Melianta

De l'1 de juliol al 31 d'agost. Horari: Matins de 11 a 12h i tardes de 5 a 6 i 6 a 7h. Preus Abonats (tot el mes) 80€ (Quinzena) 55€ No abonats (tot el mes) 95€ (Quinzena) 70€. Inscripcions a les oficines de l'Ajuntament.

Gimnàs Estiraments de la Cadena Muscular

El mes de setembre, engegarem una nova temporada dedicada als estiraments de la cadena muscular, una pràctica que permet fer exercici a totes les edats. Les sessions tenen lloc tots els **dimecres, a partir de les 20h** del vespre, al Pavelló de Fontcoberta. Per a noves inscripcions trucar a l'Ajuntament 972 57 41 39.

MOU-TE AMB PILATES

Pilates és una forma d'entrenament físic i mental. Amb pilates aprendràs a tenir cura de les postures, controlaràs la respiració i alineació del teu cos, partint de la part més important que ajuda a executar els exercicis, el nostre centre (abdomen). Els beneficis del pilates van més enllà dels exercicis físics convencionals: reduint el mal d'esquena, cervicals, estrès. Guanyaràs flexibilitat, coordinació, equilibri, i benestar físic i mental.

Pilates es pot practicar a totes les edats. Només necessites recuperar aquell bon estat que un dia vas tenir. Per practicar l'activitat només cal roba còmode.

Horaris: **dilluns i dimecres de 2/4 de 9 a 2/4 de 10.** Al Pavelló de Fontcoberta. Professora Sandra Ferrer.

Agost 2015

Núm. 192



Ajuntament
Fontcoberta

Telèfon 972 574 139 / Fax 972 581 376
ajuntament@fontcoberta.cat / agutzil@fontcoberta.cat

L'Agutzil
de
Paper



IX TREMPAROCK

Dissabte 1 d'agost de 2015

IX Tremparock (concert de rock)

A partir de les 12 de la nit davant el pavelló de Fontcoberta. Actuaran:

- **Los Tumbaos** (rumbeta cachonda) grup de Vic
- **Fi-asko**
- **Garrapateros**
- **DJ Rambla** (rock, reggae, rumba, drum and bass, dub, punk..) dj resident Mama mandawa BCN creador del festival Sunset Empordà reggae.

Organitza: Associació de Joves Trempats de Fontcoberta, Ajuntament de Fontcoberta i Comissió de Festes. Col·labora la Direcció General de Joventut.

FESTA MAJOR

Dissabte, 1 d'agost de 2015

Concurs de dibuix amb guixos de colors

A les 10 del matí a la Plaça Catalunya (Inscripcions mitja hora abans)

Campionat de Botifarra Local

A 2/4 de 5 de la tarda inscripcions a la plaça de Catalunya.
Seguidament Campionat.

A partir de les 5 de la tarda i a la plaça Catalunya es duran a terme 2 tallers:

Taller de circ viu i riu: malabars, bicicletes estrambòtiques, monocicles, slackline, corda d'equilibris, activitats de coordinació i moltes més activitats relacionades amb el circ.

Taller d'inflable i llits elàstics: portarem un inflable i llits elàstics perquè els nens i nenes es puguin desfogar, saltar, córrer i gaudir-ne el millor possible.

Missa per els difunts

A les 6 de la tarda a l'església de Melianta.

Concert infantil

A partir de les 7 de la tarda a la plaça de Catalunya concert infantil a càrrec de **Landry el Rumbero**.

Recordar que durant tota la tarda hi haurà servei de bar a càrrec de la associació de joves els trempats.

Totes les activitats que es duran a terme aquest dia són totalment gratuïtes !! Us hi esperem a tots.

Sopar de germanor i Disco Remember

A les 9 del vespre a l'esplanada Trem, al costat del camp de futbol.

Menú: Amanida amb patates d'Olot, pollastre amb gambes, postres, cafè, vi, aigua i cava.

Preu: 14 euros. Data límit 31 de juliol.

Menú infantil: Macarrons, escalopa, beguda.

Preu: 5 euros

Tiquets a Ca l'Estrella i a Supermercat-Carnisseria Lídia

Cal portar plats, coberts i gots.

Seguidament **Ball amb disco Remember 70-80-90 per Rambla.**

Diumenge, 2 d'agost de 2015

Ofici solemne

A les 12 del migdia a la parròquia de Fontcoberta.

Amb acompanyament de la cobla **Baix Empordà**.

A la sortida **Mitja audició de sardanes i vermut.**

Country

A les 7 de la tarda a càrrec de **Joan i Montse**.

A la plaça de Catalunya.

Ball pel Grup Què Tal

A les 9 del vespre a la Plaça Catalunya.

Servei de bar i entrepans.

En cas de mal temps tots els actes es farien al pavelló.

La comissió es reserva el dret de modificar el programa.

BENESTAR SOCIAL

Associació Dona@

Durant l'agost i fins a la finalització de les obres del Local Social ens podeu trobar als Espais Dirigits del Pavelló.

El 23 d'agost comença la lliga, es podrà veure al pavelló amb servei de bar.

ALTRES ACTIVITATS

BIRRAVENUT

Ira Fira de la Cervesa Artesanal de Vilavenut
Diumenge 6 de Setembre

Matí: A partir de les 10:

- Conferència/xerrada "la cervesa artesanal".
- Tastets de cerveses artesanals.
- Demostració elaboració de cervesa en directe.

Migdia a partir de les 14h:

- Dinar Popular

Tarda/Vespre a partir de les 19h:

- Concert Hindie Hop.
- Ballem el swing.

A més a més:

Zona infantil i aparcament gratuït.

Organitza: Comissió de Festes de Vilavenut i

Ajuntament de Fontcoberta

Col·labora: Diputació de Girona

+ **info:** www.vilavenut.eu i www.fontcoberta.cat

VIA LLIURE A LA REPÚBLICA CATALANA.

INSCRIPCIONS A LA VIA LLIURE:

Heu d'anar al web:

[https:// via.assemblea.cat/cat/inscripcions.](https://via.assemblea.cat/cat/inscripcions)

És molt important que els majors de 14 anys s'inscriguin. Els trams assignats a la nostra comarca són el 108 i el 109 (al costat dels Encants, a la Plaça de les Glòries).