

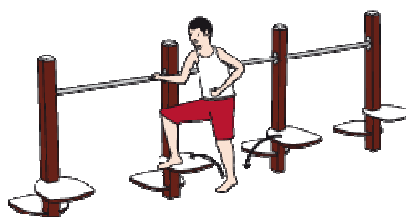
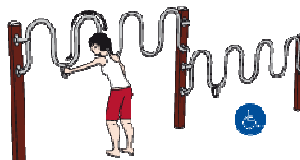
**SESSIONS DINAMITZACIÓ PARCS URBANS SALUT I XARXES ITINERARIS SALUDABLES (La Garrotxa, 2015)**

POBLE	MAIÀ DE MONTCAL
<b>HORARI</b>	<b>9:00 – 9:45h</b>
Sessió 1	Divendres 20 Febrer
Sessió 2	Divendres 27 Febrer
Sessió 3	Divendres 6 Març
Sessió 4	Divendres 13 Març
Sessió 5	Divendres 20 Març
Sessió 6	Divendres 27 Març
<b>SETMANA SANTA</b>	
Sessió 7	Divendres 10 Abril
Sessió 8	Divendres 17 Abril
Sessió 9	Divendres 24 Abril
Sessió 10	Divendres 1 Maig
Sessió 11	Divendres 8 Maig
Sessió 12	Divendres 15 Maig
Sessió 13	Divendres 22 Maig
Sessió 14	Divendres 29 Maig
Sessió 15	Divendres 5 Juny
Sessió 16	Divendres 12 Juny
<b>ESTIU</b>	
Sessió 17	Divendres 18 Setembre
Sessió 18	Divendres 25 Setembre
Sessió 19	Divendres 2 Octubre
Sessió 20	Divendres 9 Octubre
Sessió 21	Divendres 16 Octubre
Sessió 22	Divendres 23 Octubre
Sessió 23	Divendres 30 Octubre
Sessió 24	Divendres 6 Novembre
Sessió 25	Divendres 13 Novembre
Sessió 26	Divendres 20 Novembre
Sessió 27	Divendres 27 Novembre
Sessió 28	Divendres 4 Desembre

✓ **COLOR VERD:** SESSIONS DE **"CAMINADES SALUDABLES"** (Utilitzant xarxa Itineraris Saludables i camins naturals del poble).

✓ **Seguiment/Atenció personalitzada** durant les sessions per part d'un professional, llicenciat en educació física. S'intentarà seguiment conjunt amb els Centres d'Atenció Primària/Dispensaris mèdics.

✓ En **cas de pluja** el monitor vindrà igualment. Quedem al parc i decidim si anem al local social a fer la sessió en interior, o anem a fer una caminada amb paraigües. El punt de trobada i tornada sempre serà el parc de salut.



**Contacte:**

David Gómez Pérez. Llicenciat Educació Física (Col·legiat 52644)

Coordinador Xarxa parcs urbans salut i itineraris saludables

Correu electrònic: [dinamitzacio@edat3.com](mailto:dinamitzacio@edat3.com)

Telèfon contacte: 676 55 66 28

**EDAT 3 (Pl. Manel Marçillo, 3) – 17800 OLOT**

Tlf. 972 26 72 12

[www.edat3.com](http://www.edat3.com)

