

Circuit de Caminades Saludables 2019



CAMINADES DIURNES

Horari: De 10 a 12 h

JORNADA 1

16 DE FEBRER. PALOL DE REVARDIT

Visita al Pou de Glaç

JORNADA 2

23 DE MARÇ. PALOL DE REVARDIT

Caminada Mindfulness i visita al Castell

JORNADA 3

14 D'ABRIL. FONTCOBERTA

6a Matinal Centenys i Pla de Martís

JORNADA 4

04 DE MAIG. PALOL DE REVARDIT

Iniciació i beneficis de la Marxa Nórdica

JORNADA 5

8 DE JUNY. CAMÓS

Els rentadors de Camós

CAMINADES NOCTURNES

Horari: De 22 a 24 h

JORNADA 6

21 DE JUNY. PORQUERES

Caminada i Banyada Nocturna

JORNADA 7

05 DE JULIOL. SERINYÀ

Caminada nocturna i Gimcana Familiar

Inscripcions: Gratuïtes. 20 m. abans

**DESCOBRIR LA NATURA,
CONÈIXER L'ENTORN,
FER ACTIVITAT FÍSICA GUIADA**

**CAMINADES AMB DIFERENTS TEMÀTIQUES,
RECORREGUTS CURTS I DE BAIXA DIFICULTAT
ADREÇADES A FAMÍLIES, ADULTS I GENT GRAN**

Més informació al web del Consell Esportiu del Pla de l'Estany
www.ceplaestany.cat