

ALTRES ACTIVITATS I ESPAIS

Benvolgudes famílies,

Horta-Guinardó us brinda l'oportunitat de practicar tots els valors que ens ofereix l'esport, amb una gran varietat de modalitats esportives.

El Districte posa a l'abast de tothom 23 instal·lacions esportives, vuit curses populars, tres curses d'alt nivell, 190 hectàrees per practicar esport a l'aire lliure, 569 professionals, 130 voluntaris i més d'un centenar d'equipaments i clubs que ofereixen l'oportunitat d'incorporar la pràctica esportiva a la nostra rutina diària. Tot a la vostra disposició per fer salut amb estreta relació a la disciplina que s'adapti millor a les vostres necessitats.

És per aquest motiu que us convidem a participar a la jornada "Esport en Família" i a descobrir-hi totes les propostes esportives que teniu a l'abast.



Francina Vila,
Regidora d'Horta-Guinardó



laCiutatdeL'Aigua.Cat



CONFERÈNCIES

"Esport i nutrició infantil"

Organitzador: Nick Spa&Sports Club
Horari: d'11 a 11.45 h

"Valors, família i esport"

Organitzador: Centre Psicològic CIANE
Horari: de 12 a 13 h i de 17 a 18 h

"La piràmide del benestar. Exercici, alimentació i estil de vida intel·ligent"

Organitzador: Club DIR.
Horari: de 13 a 14 h.

"Prevenició de lesions al running"

Organitzador: CEM Sardenya
Horari: de 18 a 19 h

Lloc realització conferències: Espai Boca Nord.
Aforament limitat a 40 persones.

TALLERS

"Dona i Esport"

Organitzador: PIAD Horta Guinardó
Horari: de 16 a 17 h
Es recomana portar màrrega.
Lloc realització: Espai Boca Nord.
Aforament limitat a 15 persones.

PER A TOTS ELS PÚBLICS

RUNNING

Horari: 10 h
Punt de trobada: Carpa Centre Esportiu Municipal Sardenya

PER A INFANTS

MOVE

Dance amb coreografia al ritme dels temes més actuals
Horari: 12 h
Lloc realització: Espai Nick Spa&Sports Club

Activitats manuals

Horari: de 10 h a 14 h i de 16 h a 19 h
Lloc realització: Espai Club DIR

ALTRES ESPAIS

Centre Psicològic Ciane

Es realitzaran tallers de Councing Esportiu
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19h
Espai: Carpa Centre Psicològic CIANE

SERVEI DE RESTAURACIÓ

Organitzador: Associació d'alumnes de l'IES Ferran Tallada, entitat sense ànim de lucre.
Horari: de 10 a 19 h
Espai: Carpa de restauració IES Ferran Tallada

Comparteix la teva experiència de la Jornada Esport en Família perquè ningú s'ho perdi:

twitter.com/Bcn_HG
#esporthg

facebook.com/DistricteHortaGuinardo

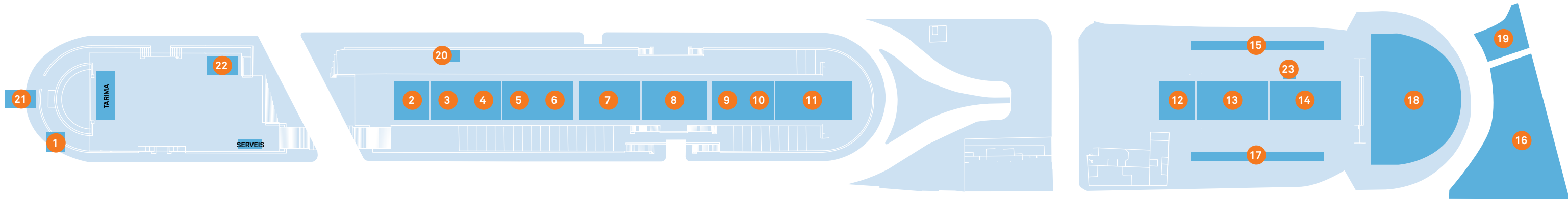
@hortaguinardo
#esporthg

EN CAS DE PLUJA L'ACTIVITAT
S'AJORNARÀ AL PROPER DISSABTE
DIA 11 D'OCTUBRE

4 D'OCTUBRE DE 2014

ESPORT
EN FAMÍLIARAMBLA DEL CARMEL
DE 10 A 19 HORES

EMPLAÇAMENTS I ACTIVITATS



ACTIVITATS TARIMA

Rítmica i hip-hop

Organitzador: Associació d'alumnes Institut Ferran Tallada
Horari: de 10 a 11 h

Zumba

Horari: d'11 a 12 h

Bodycombat

Horari: de 12 a 13 h

loguilates

Horari: de 13 a 14 h

Jocs tradicionals

Horari: de 17 a 18 h

Zumba

Horari: de 18 a 19 h

Les activitats 2-3-4-5-i 6 les organitzen conjuntament les següents instal·lacions:

Centre Esportiu Municipal Carmel
Centre Esportiu Municipal Guinardó
Centre Esportiu Municipal Horta
Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall Hebron
Centre Esportiu Municipal Sardenya
Club Dir
Nick Spa&Sports Club

ACTIVITATS ESPORTIVES

1 Petanca

Organitzador: Club petanca Túnel de la Rovira
Horari: de 10 a 14 h

2 Psicomotricitat

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Guinardó
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

3 Rítmica i mini voleibol

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall Hebron
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

4 Escacs

Organitzador: Club d'Escacs Peona i Peó
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

5 Demostració diversos esports (esgrima, handbol, rugbi...)

Organitzador: Associació d'Alumnes Institut Ferran Tallada
Horari: de 10 a 19 h

6 Minisquash

Organitzador: Nick Spa&Sports Club
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

7 Boxa, Zumba, Zumba step, DMove i circuits funcionals

Organitzador: Club DIR Castillejos i Hispa
Horari:
Boxa: 10 h
Zumba step i dmove: d'11 a 12h
Zumba: 17 h
Circuits funcionals: de 10 a 14 h i de 16 a 19h

8 Tennis Taula

Organitzador: Federació Catalana de Tennis Taula
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

9 Minitennis

Organitzador: Club Esportiu Hispano Francés
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

10 Minitennis

Organitzador: Centre Esportiu Municipal de Tennis Vall Hebron
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

11 Tallers infantils ludico-esportius / Kangoo Power / Airfit i demostracions de Pilates

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Sardenya
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

12 Xutòmetre

Organitzador: Futbol Club Martinenc
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

13 Bàsquet i bàsquet inflable

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall Hebron
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

14 Rugbi

Organitzador: Club Químic Rugbi
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

15 Circuit Running

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Carmel
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

16 Circuit Bicycles

Organitzador: Velòdrom d'Horta
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

17 Salts d'alçada i circuit d'obstacles

Organitzador: Escola Barcelona Atletisme
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

18 Taller hoquei

Horari: d'11 a 13 h

Patinatge

Horari: de 16 a 19 h

Organitzador: Centre Esportiu Municipal Horta

19 Slàlom en cadira de rodes

Organitzador: Federació Esportiva Catalana Paralítics Cerebrals- FECPC
Horari: de 10 a 14 h i de 16 a 19 h

ALTRES ESPAIS

20 Centre psicològic CIANE

21 Boca Nord

22 Restauració

ESPAI PATROCINADOR

23 Obres i Serveis Roig, S.A.