

ACTIVITAT FÍSICA PER A LA GENT GRAN

PASSEJADA DIJOUS GRAS

DIJOUS 4 DE FEBRER DE 2016

Sortida: 9h a l'Estació Vella d'Igualada davant de la maquina de tren.

Tornada: 12h aprox. A l'Estació Vella d'Igualada.

Recorregut: caminada fàcil als voltants de l'Ermita de Sant Jaume de Sesoliveres d'Igualada. El total del recorregut és de 5,5 km. aproximadament.

Cal portar: calçat apropiat (és molt important anar ben calçats) i esmorzar (portar el típic entrepà de truita i botifarra). Es recomana als passejants que mengin alguna cosa a casa ja que s'esmorzarà al mig del recorregut.

Informació: aquest dia no hi haurà classe de l'activitat física per a la gent gran.

Passejada oberta a tots els usuaris de l'Activitat Física per a la gent gran i les usuàries de Dona i esport. Es pot portar acompanyants.