

## Plaça de Salvador Espriu i Plaça de Calvet i Rubalcava



### Activitats obertes:

- 9.30 h Sortida amb les GiRunneres i grups de Marxa Nòrdica i activitats en els parcs saludables.
- 10.15 - 11.00 h Entrenament d'hipopressius
- 11.00 - 11.45 h Entrenament de respiració i estiraments
- 11.50 - 12.30 h Entrenament de kangoo
- 12.15 h Taula rodona - Col·legi de Psicòlegs\*
- 12.35 - 13.15 h Entrenament de kangoo
- 13.20 h Intervenció de dansa.

Colpbol: 9.30 - 10.45 h

Bèlit: 10.45 a 12 h

Korfball: 12 a 13.15 h

Bitlles: 10 a 12 h

- Circuit de propiocepció organitzat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Girona.
- Massatges esportius impartits per l'alumnat de fisioteràpia d'EUSES.
- Espai de psicologia esportiva organitzat pel Col·legi de Psicòlegs de Girona.
- Curses d'orientació amb els Aligots

## Riu Onyar i Plaça de Catalunya

