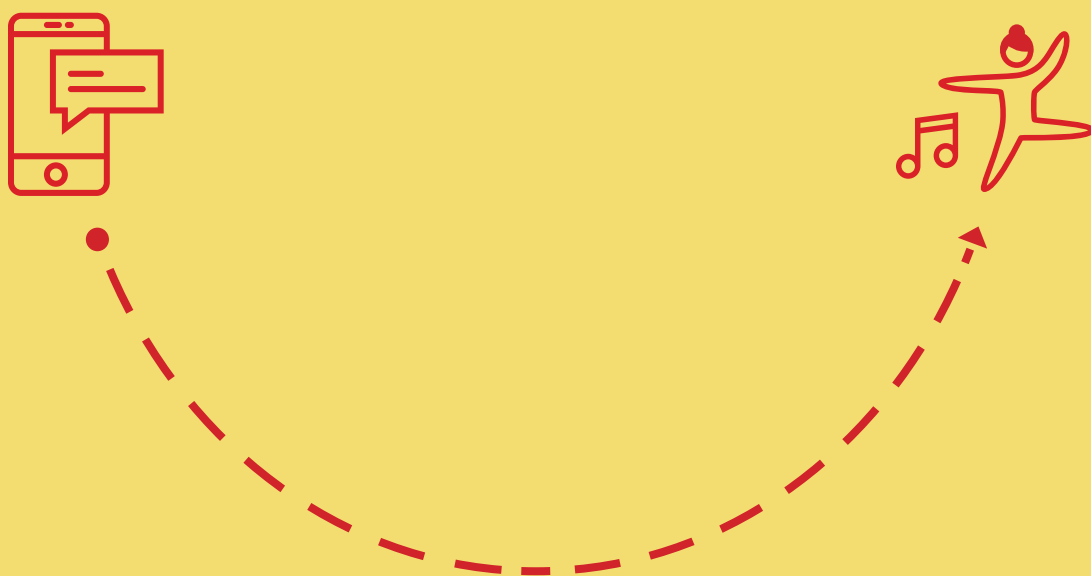


6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia



Dia Mundial de l'Activitat Física

**Acumula 30 minuts d'activitat física diària si ets adult
i 60 minuts si ets un infant o adolescent!**

Inscriu-te i participa a:
esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia

Dimecres 4 d'abril

Presentació "Caminant per Igualada"

Lloc: Ajuntament d'Igualada

Horari: Inici a les 11:00h

Organitza: Departament de Sanitat i Salut Pública d'Igualada

Dijous 5 d'abril

Classe de loga

Lloc: Les cotxeres - Moixiganguers

Horari: De 20:00h a 21:00h

Organitza: Moixiganguers

Divendres 6 d'abril

El Matí de Catalunya Ràdio amb Mònica Terribas

Lloc: Teatre Municipal de l'Ateneu

Horari: De 08:00h a 12:00h

Organitza: Secretaria General de l'Esport

8a Trobada Esportiva Comarcal Prebenjamina

Lloc: Parc Central

Horari: De 09:30h a 12:30h

Organitza: Col·legi Monalco, Consell Esportiu de l'Anoia i Servei d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva



**Generalitat
de Catalunya**

6 d'abril

#gentactiva

+ actius
cada dia

Divendres 6 d'abril

Caminada col·lectiva Anella Verda

Lloc: Sortida i arribada al Parc Central

Horari: De 09:15h a 11:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Tallers d'activitat física i saludables pels centres educatius

Lloc: Parc Central

Horari: De 10:00h a 11:30h - de 15:00h a 16:30h

Organitza: Alumnes del Grau Superior d'Activitats físicoesportives de l'Acadèmia Igualada, Consell Esportiu d'Igualada i Servei d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada

Activitats aquàtiques

Lloc: Piscina Municipal "Les Comes"

Horaris varis segons l'activitat:

+ Pàdel Surf i circuits aquàtics: De 10:00h a 13:00h - de 15:00h a 20:00h

+ Aquafit Board: De 8:00h a 10:00h - de 20:00h a 22:00h

+ Masterclass d'Aquaeròbic: De 8:00h a 09:00h

Organitza: Servei d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada

Masterclass Cicloinfinít

Lloc: Centre Esportiu Infnít

Horari: Inici a les 17:45h

Organitza: Centre Esportiu Infnít

Taller de psicomotricitat

Lloc: Sales de les diferents Unitats d'Hospitalització

Horari: D'11:00h a 12:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia

—
Divendres 6 d'abril

Caminada pel Passeig Verdaguer

Lloc: Hospital de dia rehabilitador

Horari: Durant el matí

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Gimnàstica al jardí - Sant Josep Residencial

Lloc: Jardí de Sant Josep Fundació Sanitària

Horari: D'11:00h a 12:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Gimnàstica per a gent gran - Parc Salut

Lloc: Parc de la Salut del Centre de Dia Montserrat

Horari: De 10:00h a 12:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Zumba

Lloc: Jardí de Sant Josep Fundació Sanitària

Horari: Durant tot el matí

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia

—
Divendres 6 d'abril

Gimkama d'exercicis amb persones grans

Lloc: CSSI - Residència Pare Vilaseca (Sala Teresa Mimó)

Horari: D'11:00h a 12:30h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Master Class de Zumba al Parc Central

Lloc: Parc Central d'Igualada

Horari: De 17:00h a 20:00h

Organitza: Gimnàs Esquaix Igualada, Cal Font Wellness Centre, Gimnàs Ítaca, Dinamic Sport

Dissabte 7 d'abril

Jornada Polisportiu Bitlles Catalanes

Lloc: Zona de Bitlles Catalanes del Polisportiu de "Les Comes"

Horari: De 09:00h a 14:00h

Organitza: Club Bitlles Catalanes d'Igualada i El Consell Esportiu de l'Anoia

Jocs Esportius Escolars de l'Anoia

Lloc: Centres educatius de l'Anoia i Polisportiu "Les Comes"

Horari: De 09:00h a 14:00h

Organitza: Consell Esportiu de l'Anoia

Activitats - Partits - Competicions d'entitats esportives

Lloc: Instal·lacions Municipals d'Igualada

Horari: De 09:00h a 22:00h

Organitza: Servei d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia

—
Dissabte 7 d'abril

Jornada Polisportiva Prebenjamina

Lloc: Polisportiu de "Les Comes"

Horari: De 09:00h a 14:00h

Organitza: Consell Esportiu de l'Anoia

Diumenge 8 d'abril

Campionat de Catalunya de Bàsquet - ACELL

Lloc: Sala Barri de Complex Esportiu de "Les Comes"

Horari: De 10:00h a 14:00h - de 16:00 a 18:00

Organitza: ACELL

Cros Escolar Dolors Martí

Lloc: Igualada

Horari: De 10:00h a 14:00h

Organitza: Escola Dolors Martí, Servei d'Esports de l'Ajuntament d'Igualada i
Consell Esportiu de l'Anoia

XXXVI Mitja Marató de l'Anoia

Lloc: Igualada

Horari: Inici a les 10:00h

Organitza: Club Atlètic d'Igualada

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

—
+ actius
cada dia

Dilluns 9 d'abril

Píndola Radiofònica

Lloc: Ràdio Igualada

Horari: De 08:40h a 09:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Dimarts 10 d'abril

Taller de Zumba

Lloc: Esplanada davant de l'hospital (zona urgències)

Horari: De 15:30h a 16:30h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Del 26/3 al 15/4

Exposició "Mou-te; és salut"

Lloc: Vestíbul de l'Hospital d'Igualada

Horari: De 10:00h a 14:00h

Organitza: GIA (Grup Impulsor de Dies Mundials a Igualada, format per: Agència de Salut Pública de Catalunya, Ajuntament d'Igualada, Consorci Sanitari de l'Anoia (CSA), Consorci Sociosanitari d'Igualada (CSSI), Fundació Sanitària Sant Josep (FSSJ), Institut Català de la Salut (ICS)

Inscriu-te i participa a:

esport.gencat.cat/gentactiva

6 d'abril

#gentactiva

+ actius
cada dia

Dia Mundial de l'Activitat Física



Ajuntament d'Igualada



Igualada**2019**

Candidata a
CIUTAT EUROPEA DE L'ESPORT



Generalitat de Catalunya
**Agència de Salut Pública
de Catalunya**



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport

Institut Català de la Salut
Equip d'Atenció Primària
Igualada Urbà

consorci sanitari
de l'anoia



calfont
wellness centre



moixi **A**
ganguers
d'Igualada.



Inscriu-te i participa a:
esport.gencat.cat/gentactiva

 **Generalitat
de Catalunya**