

Taller de **marxa nòrdica** per a majors de 60 anys

CENTELLES 2024

A càrrec de Patrícia Isern (acreditada per la FENWA)



**Has fet
mai
marxa
nòrdica?**

La marxa nòrdica és una activitat física que incorpora l'ús actiu d'uns bastons específics a la forma natural de caminar

Vine a provar-ho. Nosaltres et deixem els bastons!

 **Divendres 25 d'octubre,
8, 15, 22 i 29 de novembre,
13, 20 i 27 de desembre**

 **Grup A: de 9.30 a 11 h
Grup B: d'11 a 12.30 h**

 **Lloc de trobada
Plaça Major**

 **Preu
10 € (8 sessions). Es pot pagar amb targeta**

 **Inscripcions
Del 9 al 18 d'octubre de 2024 a l'Ajuntament de
Centelles (edifici Serveis Socials), d'11 a 13.30 h**

 **Més informació
Ajuntament de Centelles: 938 810 375**

