

"Mou-te", Setmana de l'Activitat Física i l'Esport a Arbúcies

Fins el 10 d'abril el municipi ofereix un munt d'activitats esportives gratuïtes

Uns nens fan activitat física i esport al pavelló poliesportiu d'Arbúcies. Foto: Aj. d'Arbúcies

Ha començat la setmana de l'Activitat Física i l'Esport i un munt d'activitats esportives formaran part de la vida quotidiana de la gent d'Arbúcies. Fins el poper 10 d'abril la mainada i el jovent dels centres educatius (Institut Montsoriu, Escola Vedruna, Escola Carulla, Llar d'infants El Jardinet) i el Centre Especial de Treball Montseny Guilleries (el TOM) i l'Oreneta són part d'aquest projecte, ja que durant aquests dies passaran per la zona esportiva de Can Pons on fan diferents tallers esportius: judo, bàsquet, aeròbic, futbol, hoquei, handbol, orientació o tennis, activitats que potser no han realitzat mai i les descobriran o reforçaran.

Però no només la mainada hi té cabuda, adolescents i gent de totes les edats durant aquests dies tenen l'oportunitat de fer un tastet de les diferents activitats físicoesportives que es realitzen a la població. Per un costat poden participar al 4x4 de voleibol i a la milla urbana, i per altra banda hi ha diferents activitats de promoció de la salut per provar. Només cal adreçar-se a la secretaria del pavelló de Can Pons per informar-se. Activitats que durant aquests dies poden provar-se gratuïtament i sense cap compromís: aeròbic, escola d'esquena, dansa del ventre, pilates, chi kung, ioga, dinamització als parcs urbans i moltes d'altres.

Aquest any la setmana esportiva coincideix amb el Dia Mundial de l'Activitat Física i l'Esport, que és el diumenge 6 d'abril. Per aquest motiu, la regidoria de salut i el CAP d'Arbúcies han organitzat diferents actes, a partir de dos quarts de deu del matí, al Pavelló de Can Pons.