

viu la plaça!

PROGRAMA VIU LA PLAÇA 21-22

CARACTERÍSTIQUES GENERALS *CARACTERÍSTICAS GENERALES*

- Duració de 50 minuts per sessió. *Duración de 50 minutos por sesión.*
- Creació de grups a partir de 8 participants i un màxim de 25 participants. *Creación de grupos a partir de 8 participantes y un máximo de 25 participantes.*
- Les activitats es duran a terme en les següents ubicacions: *Las actividades se llevarán a cabo en las siguientes ubicaciones:*

- ✓ PARC DE CALISTÈNIA
- ✓ PLAÇA JARDINS SANT JAUME
- ✓ PARC DE LES ERES
- ✓ AVINGUDA PARÍS
- ✓ PARC CALATRAVA
- ✓ PLAÇA JARDÍ DEL BES
- ✓ COMPLEX LLOMBAI

- L'horari serà de 17:20h a 18:10h o de 16:35h a 17:25h depenent del lloc. *El horario será de 17:20h a 18:10h o de 16:35h a 17:25h dependiendo del sitio.*
- En cas de pluja l'activitat se suspendrà. *En caso de lluvia la actividad se suspenderá.*
- Cada persona participant haurà de portar la seua pròpia botella d'aigua. *Cada persona participante tendrá que llevar su propia botella de agua.*
- S'haurà d'acudir a les activitats amb roba i calçat esportiu. *Se tendrá que acudir a las actividades con ropa y calzado deportivo.*



**Programa d'activitat
física per a persones
adultes**

