

"VINE A PROVAR ELS CIRCUITS GIMNÀSTICS I LÚDICS!"

Des del 09 d'octubre
cada 15 dies
Els dilluns de
12.30 a 13.30h.

Jardins de Martí Luter
Passatge de Maluquer, 8

L'Ajuntament de Barcelona ha posat a disposició de la ciutadania unes instal·lacions amb l'objectiu de promoure l'activitat física entre la gent gran.

Amb aquestes instal·lacions es poden treballar moltes parts del cos. Utilitzant-les de forma adient podem prevenir i disminuir la pèrdua de l'equilibri, la rigidesa i la mobilitat en general.

Us convidem a fer-les servir seguint un circuit d'exercicis gimnàstics però a la vegada lúdics, acompanyats d'una tallerista especialitzada.

2023 09 i 23 d'octubre
06 i 20 de novembre
11 de desembre

**Anima't i
fes esport!**

**Districte de
Sarrià - Sant Gervasi**

**Ajuntament de
Barcelona**

