

Programa

HORA	ACTIVITAT	LLOC
9.30	Caminada, a càrrec de Julio Ruiz	Carpa "Mou-te" (10)
10.30	Zumba Gold, a càrrec d'Estudi 10	Escenari (B)
10.30	Pilates, a càrrec d'Estudi 10	Carpa "Descans" (8)
11.00	Zumba familiar, a càrrec d'Estudi 10	Escenari (B)
11.30	loga, a càrrec de Pepi Àvila	Carpa "Descans" (8)
11.30	5 animals del Dr. Hua To, a càrrec de Beatriz Arizaga	Carpa "Fem Salut" (11)
11.30	Titelles, a càrrec d'Anna García	Carpa "Companyia" (14)
12.00	Gimnàstica rítmica, a càrrec de Rítmica Prat	Escenari (B)
12.00	Conte, a càrrec Maria Isabel Martín	Carpa "Prou mosquits" (9)
12.00	Kangoo Boots, a càrrec d'Estudi 10 <i>Inscripció prèvia a: Estudi 10 (*)</i>	Carpa "Mou-te" (10)
12.00	Teatre, a càrrec d'ETC-Escola de teatre i cinema	Carpa "Consum" (13)
12.30	Kangoo Boots, a càrrec d'Estudi 10 <i>Inscripció prèvia a: Estudi 10 (*)</i>	Carpa "Mou-te" (10)
12.30	Taitxí, a càrrec de Telmo Fernández	Carpa "Descans" (8)
12.50	Taekwondo, a càrrec de Gym Studio Fran Martín	Escenari (B)
13.00	Kangoo Boots, a càrrec d'Estudi 10 <i>Inscripció prèvia a: Estudi 10 (*)</i>	Carpa "Mou-te" (10)
17.00	Body Balance, a càrrec de Nayat Aalien, Mireia González i Estela López	Escenari (B)
17.00	Pilates, a càrrec d'Estudi 10	Carpa "Descans" (8)
17.30	Titelles, a càrrec d'Anna García	Carpa "Companyia" (14)
17.45	Zumba, a càrrec de Nayat Aalien, Mireia González i Estela López	Escenari (B)
18.00	loga, a càrrec de Pepi Àvila	Carpa "Descans" (8)
18.00	Conte, a càrrec Maria Isabel Martín	Carpa "Prou mosquits" (9)
18.00	Teatre, a càrrec d'ETC-Escola de teatre i cinema	Carpa "Consum" (13)
18.30	5 animals del Dr. Hua To, a càrrec de Beatriz Arizaga	Carpa "Fem Salut" (11)
18.45	Hip-hop, a càrrec de La Beat Urban	Escenari (B)
18.45	Taitxí, a càrrec de Telmo Fernández	Carpa "Descans" (8)
19.30	Cloenda i sorteig entre els participants a la gimcana	Escenari (B)

(*) KANGOO BOOTS. Inscripció prèvia a ESTUDI 10:

Tel: 93 007 58 07 (de 9 a 12 h i de 15 a 22 h) o pratfitness@hotmail.com
Activitat per a persones més grans de 14 anys i amb més de 36 de peu.
Cal dur mitjons alts.

GIMCANA DE LA SALUT

Normativa:

Aquesta gimcana es portarà a terme en el marc de la Festa de la Salut i de l'Activitat Física. És una gimcana educativa i alhora lúdica. Hi haurà activitats i proves relacionades amb la salut.

A cada carpa hi haurà una activitat educativa, una prova a superar i un taller per a infants. Una vegada finalitzades l'activitat i la prova, us segellaran el carnet conforme la prova ha estat realitzada.

CARPA	PROVA GIMCANA	TALLER INFANTIL
Emocions (1)	Arbre de les emocions	Dibuix d'emocions
Prevenició (2)	Prevenir i fer salut	Pintura amb gomets
Somriures (3)	Les teves dents què mengen?	El món de les dents
Memòria (4)	La caixa de la memòria	Ordena la ment
Alimentació (5)	La salut al rebost	La salut pinta bé
Primers auxilis (6)	Prepara la teva farmaciola	Embenatges i immobilitzacions
L'aigua és salut (7)	Sopa de lletres	Papiroflèxia
Descans (8)	Respira i relaxa't	Pinta't la cara
Prou mosquits (9)	Què en saps del mosquit tigre?	Decora la teva bossa de roba
Mou-te (10)	Mou-te! No siguis mòmia!	Jocs tradicionals
Fem salut (11)	Circuit de proves antropomètriques	Mural de la salut
Sexe, drogues i Rock&Roll (12)	Memory	Circuit infantil
Consum (13)	Identifica el pictograma	Taller d'imants
Companyia (14)	Tinença responsable	Fem un gos
Donació (15)	El joc de la sang	Els herois de la sang

EQUIP:

El nombre de participants per equip serà d'un màxim de 6 i un mínim de 2.

Els menors de 12 anys hauran d'anar acompanyats com a mínim d'un adult.

LLOC D'INSCRIPCIÓ:

El mateix dissabte 1 d'abril, al punt d'informació a la plaça de Catalunya

SORTEIG: quan l'equip hagi dut a terme com a mínim 10 de les 15 proves de la gimcana, pot passar pel punt d'informació a dipositar el carnet de la gimcana a l'urna. Aquest carnet us donarà l'opció d'entrar al sorteig que es farà a les 19.30 h a l'escenari.

Per poder recollir els premis caldrà que hi sigueu en el moment del sorteig. En cas que no surti l'equip guanyador del premi, s'extraurà un altre resguard guanyador.

Hi col·laboren



El Prat. el meu local món

FESTA DE LA SALUT

I DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Gimcana **Dissabte**
Activitats dirigides **1 d'abril**
Inflables **Pl. Catalunya**
Tallers **De 10.30 a 13.30 h**
Jocs... **i de 16.30 a 19.30 h**



Disseny i impressió: PACO RODRIGUEZ - www.pacoart.com - Il·lustració: ALBA POBLAN

elprat.cat



Ajuntament del Prat de Llobregat

FESTA DE LA SALUT I DE L'ACTIVITAT FÍSICA

ESPAIS

1-Emocions

2-Prevenció

3-Somriures

4-Memòria

5-Alimentació

6-Primers auxilis

7-L'aigua és salut

8-Descans

9-Prou mosquits

10-Mou-te

11-Fem salut

12-Sexe, drogues i Rock&Roll

13-Consum

14-Companyia

15-Donació

A - INFORMACIÓ

B - Escenari

INFLABLES:

C - Guaypaut

D - Safari

E - Pista americana

F - Boles de cuc

