

# PROGRAMA

## Escenari PRINCIPAL

HORARI	ACTIVITAT	A càrrec de:
<b>MATÍ</b>		
10.30 h a 11.20 h	<b>Exhibició de Taekwondo</b>	GYM Studio Fran Martín
11.30 h a 12.25 h	<b>Bodycombat</b>	Anytime Fitness
12.30 h a 13.30 h	<b>Zumba</b>	Esports Ajuntament del Prat
<b>TARDA</b>		
16.30 h a 17.30 h	<b>Zumba</b>	Esports Ajuntament del Prat
17.30 h a 18.30 h	<b>Bodycombat +Bodybalance</b>	Esports Ajuntament del Prat
18.30 h a 19.30 h	<b>Zumba</b>	Estudi 10
19.30 h	<b>Cloenda i sorteig d'obsequis entre les persones participants a la gimcana</b>	

## Escenari CARPA ESPORTS

HORARI	ACTIVITAT
<b>MATÍ</b>	
11.00 h a 11.50 h	<b>Màster de ciclo 1</b>
12.00 h a 13.30 h	<b>Màster de ciclo 2</b>
<b>TARDA</b>	
17.00 h a 17.50 h	<b>Màster de ciclo 3</b>
18.00 h a 19.30 h	<b>Màster de ciclo 4</b>

Hi col·laboren



# GIMCANA DE LA SALUT

Normativa:

## Gimcana educativa i lúdica

A cada carpa hi haurà una activitat educativa, una prova a superar i un taller per a infants.  
Quan hagueu fet l'activitat i la prova de la gimcana, us segellaran el carnet conforme la prova ha estat superada.

CARPA	PROVA GIMCANA	TALLER INFANTIL
Criança (1)	Metatrivial	Mandales
Memòria (2)	La capsa dels tresors	Un pensament per recordar
Primers auxilis (3)	Els perills a casa, evitem-los	Les xapes de la salut
Vine a la platja (4)	Platja, diversió i precaució	Els amics del mar
Alimentació (5)	Memory saludable	Esmorzar amb cullera i berenar cruixent
Descans (6)	Fes salut, dorm bé	Arc de Sant Martí
Animals de companyia (7)	El joc de la tinença responsable	Dissenya el teu animallet
Esports (8)	Practica l'equilibri	Coneix Esports. Coneix El Prat
Somriures (9)	La cursa de les dents	La porta màgica de les dents
Fem salut (10)	L'arbre de les emocions	El jardí de les emocions
Prou mosquits (11)	Trobeu larves de mosquits	Polvorització amb motxilla
Emocions (12)	La vida i les emocions	Els globus de les emocions
Sexe, drogues i Rock&Roll (13)	Salta! Com vas de salut emocional?	A veure com ho fas
Consum (14)	Què en saps dels tattoos?	Fes-te un tattoo

**EQUIP:** El nombre de participants per equip serà d'un màxim de 6 i un mínim de 2.  
Els infants menors de 12 anys hauran d'anar acompanyats com a mínim d'una persona adulta.

**LLOC D'INSCRIPCIÓ:** El mateix dissabte 22 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 14 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 localmón

# 6ª FESTA DE LA SALUT



## IDEA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

**GIMCANA**  
**EXHIBICIONS**  
**TALLERS**  
**ACTIVITATS DIRIGIDES**

**Dissabte**  
**22 d'abril**  
**Pl. Catalunya**  
De 10.30 a 13.30 h  
i de 16.30 a 19.30 h

Hi col·laboren

elprat.cat  
f t i



Ajuntament del Prat de Llobregat

# 6a FESTA DE LA SALUT



## IDEI DE L'ACTIVITAT FÍSICA

### ESP AIS

### ACTIVITATS

- |                        |                              |
|------------------------|------------------------------|
| 1 Criança              | 8 Esports                    |
| 2 Memòria              | 9 Somriures                  |
| 3 Primers auxilis      | 10 Fem salut                 |
| 4 Vine a la platja     | 11 Prou mosquits             |
| 5 Alimentació          | 12 Emocions                  |
| 6 Descans              | 13 Sexe, drogues i Rock&Roll |
| 7 Animals de companyia | 14 Consum                    |

**A** ESCENARI PRINCIPAL

**B** ESCENARI carpa ESPORTS

**C** SKATE



INFORMACIÓ



PRIMERS AUXILIS



DONACIÓ DE SANG

