

# Dia Mundial de l'Activitat Física

**Divendres 5 d'abril de 2019, de 21 a 24 h**

**Pavelló Municipal Joan Creus**

Check-in a les 20.30 h (comprovació d'inscripcions i lliurament d'obsequi)

## Futbol i bàsquet 3x3

- Equips de màxim 5 persones.
- De 12 a 22 anys.

— Inscripció *online* fins al dimecres 3 d'abril inclòs, al web [pame-ripollet.org](http://pame-ripollet.org).

- Els menors de 16 anys hauran de portar autorització del tutor/a (podeu descarregar el document a [pame-ripollet.org](http://pame-ripollet.org))

## Masterclass d'estils

- Llatí, reggaeton, aeroboxing, dance i merengue.
- A partir de 12 anys.
- Inscripció el mateix dia de l'activitat.
- Els menors de 16 anys hauran de portar autorització del tutor/a (podeu descarregar el document a [pame-ripollet.org](http://pame-ripollet.org))

Obsequis per a totes les persones participants.  
Sorteig de material esportiu en finalitzar l'acte.

## Activitat per a la gent gran

Passejada pel parc dels Pinetons

**A les 10 h**

Trobada al brollador del parc dels Pinetons, estiraments i recorregut pel parc

**A les 12 h**

Finalització de l'activitat, després d'uns exercicis de tonificació, a càrrec del dr. Mampel i la infermera Lourdes Solà

**#DMAF19ripollet**

**Participa-hi!**  
Forma el teu equip  
i inscriu-te a  
[pame-ripollet.org](http://pame-ripollet.org)



Ajuntament de Ripollet



Diputació  
Barcelona  
#DibaOberta



Institut Català de la Salut  
Direcció d'Atenció Primària  
Metropolitana Nord



Pla d'Activitat Física  
Esport i Salut  
Generalitat de Catalunya



Associació  
d'Espectadors  
del Teatre  
del Mercat Vell