

Beneficis de l'activitat físicoesportiva

Els motius que tenim a l'hora de practicar alguna activitat esportiva són ben variats. A algunes persones els mouen motivacions estètiques o objectius saludables altres el que busquen és divertir-se en companyia d'amics o relacionar-se socialment, també hi ha qui troba en l'aspecte competitiu, la seva motivació.



El que no es pot obviar és que amb la pràctica esportiva s'aconsegueix també una fita superior, que és elevar la qualitat de vida dels habitants.

Per sort, a Alpicat hi podem trobar múltiples opcions, que clubs i associacions ofereixen a la població: nens i nenes, joves i adults i, per això, editem aquest fulletó, per què pugueu escollir, vosaltres i la vostra família, l'opció que més us agradi.

Així que apunta't a fer esport!



Telèfons d'interès

Regidoria d'Esports

www.alpicat.cat

Persona contacte: Lourdes

Horari: de 9.30 a 14 hores

☎ 973 736 006

✉ lmartinez@alpicat.cat

Pavelló Municipal d'Esports

☎ públic 973 737 811

Gestor esportiu: Jesús Marco

✉ gestoresportiu@alpicat.cat

☎ 973 736 821

Guia d'activitats esportives municipals

Curs 2006/07



Alpicat

6/2/2007

Modalitats esportives

Activitat	Lloc on es practica	Nom Entitat	Informació
Aeròbic	Pavelló	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Magda
Aèrobic d'alt i baix impacte	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Balls de Saló	Pavelló	AMPA CEIP Dr. Serés	629 310 320 J. Ramon
Bàsquet	Pavelló	Club de Bàsquet Alpicat	659 774 496 Antonio 659 801 525 Josemí
Bitlles	Casal	Club de Bitlles d'Alpicat	973 736 286 Josep
Body-Bulding	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 00 Sisco
Caça	Coto de caça	Associació de Caçadors	650 963 962 Sebastià
Cardio	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Country	Pavelló	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Magda
Escacs	Casal	Club d'Escacs Alpicat	699 063 325 Jesús Esteve
Funky	Pavelló	AMPA CEIP Dr. Serés	973 736 760 Albert
Futbol Amater	Camp de futbol	Club Atlètic d'Alpicat	676 955 566 Adolfo
Futbol - escola-	Camp de futbol	Mig Segrià, Club esportiu	649 342 332 Miquel
Futbol sala	Pavelló	Club de futbol sala	678 226 094 Carles
Gimnàstica de Manteniment	Pavelló	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Gim-sueca	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Hípica	Champion Horse	Club d'hípica Champion Horse	973 737 863 Marc
Hoquei	Pavelló	Club Hoquei Alpicat	630 258 292 Albert
Ioga	Llar d'infants	AMPA CEIP Dr. Serés	650 856 451 Josep
King Boxing	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Musculació	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Natació	Piscines municipals	Grup Cent Peus	973 737 010 a l'estiu
Patinatge	Pavelló	AMPA CEIP Dr. Serés	973 736 144 Olga
Pesca	Bassa del Pla	Associació de Pescadors	650 963 962 Sebastià
Pilates	Pavelló	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Magda
Sardanes	Casal	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Magda
Sortides i excursions	Aire lliure	Club excursionista Alpicat	645 846 179 Antonio 616 814 533 Vicenç
Steps	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580200 Sisco
Taekwondo	Gimnàs privat	Nacional Fitness	669 580200 Sisco
Tai-txi	Pavelló	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Magda
Tennis	Pistes de tennis	Club de Tennis Alpicat	626 872 576 Nieves 973 737 445 Jordi
Volei	Pavelló	Alpicat Volei ASS	627 492 559 Remei

Altres activitats

Taller de circ

Durant el mes de març s'iniciarà l'activitat de circ i al maig es realitzarà l'espectacle final. Tots els dissabtes a la tarda de les 16,30 a les 19 hores al pavelló. Preu 30 €. Grup màxim de 20 participants.

Estades esportives

- Juny: campus de Volei
- Juliol: estades de l'Ajuntament
- Agost: campus de basquet i tennis
- Setembre: campus d'hoquei

Festa de l'esport

L'Ajuntament dedica la festa de Sant Sebastià, al mes de gener, a l'esport, amb un gran ventall d'activitats per a tots els membres de la família.

Informació d'entitats privades

Champion Horse

És un complex esportiu en una zona privilegiada, on podràs realitzar tota mena d'activitat equestres.

Nacional Fitness

És un gimnàs privat que disposa d'una completa sala de musculació i realitza un gran ventall d'activitats.

Cada associació, club o entitat privada t'informarà adequadament de totes les activitats que organitzen, els preus, els horaris i els serveis que ofereixen.

Apunta't a fer esport!