

Fer esport, fer salut!



Des de la regidoria d'esports us presentem un ampli ventall d'activitats esportives per a tots els públics de diferents edats.

Escull una activitat agradable i adequada per a les teves necessitats dins de les activitats que ofereixen clubs i entitats esportives del municipi.

Fer exercici físic ens ajuda a sentir-nos millor, amb més energia i a relaxar-nos, reduir l'estrès, dormir millor i tonificar els músculs.

Fer esport, caminar, anar amb bicicleta, jugar i fer activitats quotidianes d'una manera activa i acompanyat d'una alimentació equilibrada, aconseguim a que millorarem la nostra qualitat de vida.

Us recomanem que us adreceu a un professional de l'esport, per a que us pugui marcar unes bones pautes per evitar riscos innecessaris per la vostra salut.

Us convidem a que escollir l'opció que més us agradi!

Anima't a fer esport!

Albert Costa
Moix, regidor
d'Esports



ESPORT MUNICIPAL
ALPICAT
REGIDORIA D'ESPORTS

Telèfons

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

Gestió esportiva:

Andrea Pardell

 apardell@alpicat.cat

 973 736 821

646 610 493

Guia d'activitats esportives municipals

Curs 2018/19



Alpicat

Modalitats esportives

Altres activitats

Estades esportives

Les estades de lleure i els campus d'estiu són una bona alternativa per als nens i joves durant els mesos d'estiu, per això us informem de les previsions següents:

- Juliol: estades de l'Ajuntament
- Campus: bàsquet, tennis, pàdel, vòlei i hoquei. Els diferents clubs editaran programació a part.

Festa de l'esport

L'Ajuntament dedica la festa de Sant Sebastià, els dies 19 i 20 de gener, a l'esport, amb un gran ventall d'activitats per a tots els membres de la família.

Diumenge, 20 de gener de 2019. XIII Duatló popular

Informació d'entitats privades

Alpipark (620 343 918)

És un complex esportiu on podreu realitzar activitats aquàtiques a l'embasament del pla: cableski, Kayak, paddle surf, windsurf ...

Champion Horse (973 737 863)

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

Nacional Fitness (669 580 200)

És un gimnàs on podreu realitzar moltes activitats, com ara: aeròbic, entrenament policial, Kick Boxing,...

Raimat Golf Club (973 737 540)

El camp de golf té una longitud de 6.187 m que està distribuït en dos nivells i disposa de varies zones per la practicar aquest esport.

Cada associació, club o entitat privada us informará adequadament de totes les activitats que organitzen, els preus, els horaris i els serveis que ofereixen.

Apunta't a fer esport!

Activitat	Lloc on es practica	Nom Entitat	Informació: Tèlf./e-mail
Aquagym	Royal Lleida	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Ball esportiu	La Unió	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com
Balls de saló	La Unió	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Balls en línia	La Unió	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Bàsquet	Pavelló	Alpicat Club de Bàsquet	691 425 796 Paqui
Bàsquet adaptat	Pistes Cobertes		629 040 693 Dolors
Bitlles	Casal	Club de Bitlles Alpicat	655 705 297 Manuel
Caça	Coto	Societat de Caçadors	650 963 962 Sebastià
Córrer, bici i trail	Aire Lliure	Club esportiu Tramdur Alpicat	tramduralpicat@gmail.com
Country	Pavelló	Associació Countryland Alpicat	609 685 047 Carlos
Dansa	La Unió	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com
Escalada i esquí	Aire Lliure	Club Excursionista Alpicat	clubexcursionistalpicat@gmail.com
Futbol	Camp de futbol	Club Atlètic Alpicat	686 06 68 94 Jordi
Futbol Base	Camp de futbol	Unió Esportiva Alpicat	626 800 055 Oriol
Futbol Veterans	Camp de futbol	Associació Esportiva Veterans	687 784 265 José Carlos
Gimnàstica de Manteniment	Pavelló	Gimnàs Nacional Fitness	669 580 200 Sisco
Gimnàstica Terapèutica	La Unió	Associació de Jubilats	973 736 661 (dt i dj de 10 a 12 h)
Hipopressius	Pavelló	Ajuntament Alpicat (Esports)	646 610 493 Andrea
Hoquei	Pavelló	Club d'Hoquei Alpicat	645 869 079 Miquel
Ioga	Sala La Unió	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com
Karate infantil	Pavelló	Club Karate Alpicat	629 912 621 Aurora
Mindfulness	La Unió	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com
Natació	INEF Lleida	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com
Natació	Piscines Municipals	En Temporada Estival	973 737 010
Pàdel	Pistes de Pàdel	Associació Pàdel Alpicat	a.e.padelalpicat@gmail.com
Pàdel	Pistes de Pàdel	Ajuntament Alpicat (Esports)	http://pistesalpicat.reservaplay.cat/login
Pilates	La Unió	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Sardanes	La Unió	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Sortides i excursions	Aire Lliure	Club Excursionista Alpicat	clubexcursionistalpicat@gmail.com
Tai-txi	La Unió	Associació Cultural de Dones	620 287 382 Marta
Tennis	Pistes de Tennis	Club de Tennis Alpicat	699 035 772 Àlex/ 676 583 405 Laura
Volei	Pavelló	Volei Alpicat Associació	https://alpicatvoleiass.cat
Zumba Fitness	Pavelló	AMPA Escola Dr. Serés	ampa.doctorseres@gmail.com