

PRIMAVERA



deportiva

2018

CASAR DE CÁCERES



PROGRAMA

+ EJERCICIO + SALUD

Actividad dirigida al sector adulto para concienciar sobre la importancia de la actividad física y de una alimentación sana como mejora de calidad de vida y de salud.
FECHA CELEBRACIÓN: Miércoles 18 abril, 17:30 horas.

CURSO DE PATINAJE

Curso en el que podrás aprender técnicas básicas y elementales para dar tus primeros pasos sobre patines.
GRUPOS: Menores: 2013 / 2008. Mayores: 2007 y anteriores.
CELEBRACIÓN: Mes mayo, en horario a partir de 19:00 h.

TALLER DE HIPOPRESIVOS

Actividad del programa Quedada de la Mujer.
FECHA: 14 Abril de 11:00 a 13:30 horas, Polideportivo Mpal.

CURSO-TALLER DEFENSA PERSONAL FEMENINA

Curso-taller básico para adquirir destrezas, habilidades y técnicas de prevención y autoprotección.
DESTINATARIAS: Chicas a partir de 18 años.
CELEBRACIÓN: Jueves del mes mayo de 20:30 a 21:20 horas.

TORNEO LOCAL DE TENIS DE MESA

DESTINATARI@S: Categoría única a partir de 11 años.
CELEBRACIÓN: Abril/mayo en horarios de tarde-noche.

TORNEO LOCAL DE FÚTBOL SALA

DESTINATARI@S: Chic@s nacid@s en el 2002 y anteriores.
CELEBRACIÓN: Abril/mayo en sábados tarde.

TORNEO VOLEY ESCUELAS DEPORTIVAS

DESTINATARI@S: Alumn@s de las Escuelas Deportivas Locales
CELEBRACIÓN: Abril/mayo, miércoles, tarde-noche.

II RUTA BTT DE LA PRIMAVERA

Prueba no competitiva de unos 45 km. por caminos, callejas y veredas del municipio.
FECHA Y LUGAR: Domingo 22 abril, 09:30 h., Plaza Sancho IV.

CARRERA DE LA PRIMAVERA

Prueba de carácter popular sobre un recorrido mixto (asfalto-tierra) de unos 10 km. aproximadamente y pruebas de promoción para las categorías inferiores.
FECHA Y LUGAR: Sábado 5 mayo, 19:00 h., Plaza Sancho IV.

RUTA DE SENDERISMO NOCTURNA

Senderismo por los alrededores de nuestro municipio de unos 10-12 km y unas 3 horas de duración.
FECHA: Un viernes-noche de mayo según meteorología.

RUTA DE BTT DE PROMOCIÓN

Ruta de bicicletas todo terreno no competitiva y de carácter promocional por los alrededores de nuestro municipio de unos 15-20 km y unas 2 horas de duración.
FECHA: Un domingo de mayo/junio según fecha disponible.

DÍA DE LA BICICLETA

Actividad de promoción y festivo en torno a la bicicleta con juegos, gimkanas y un pequeño recorrido urbano.
CELEBRACIÓN: Sábado 9 junio, 20:00 h. Parque Ejido Abajo.

IMPORTANTE

El presente programa se establece a modo orientativo y como avance informativo, ampliando toda la información en CARTEL APARTE, publicándose los mismos en los PUNTOS DE INFORMACIÓN DEPORTIVA y en la web www.casardecaceres.com

