

IX JORNADAS MUJER Y DEPORTE

Almagro 2016

EMPRESAS COLABORADORAS:

- **Plásticos Ruíz**
- **R.S.U.**

QUIERETE Y

HAZ

DEPORTE



Universidad Popular
Concejalía Cultura y Educación
Ayuntamiento de Almagro



9 AL 15 DE MAYO

IX JORNADAS MUJER Y DEPORTE Almagro 2016

DIA 9 DE MAYO, LUNES

TALLER DE INICIACIÓN AL RUNNING

Con Agustín Luján y Gemma Arenas

Sala de Conferencias de la Biblioteca municipal

19.00 horas.

Traer ropa deportiva

DIA 10 DE MAYO, MARTES

MARCHA SENDERISTA MANZANARES- MEMBRILLA 6-8 Km. Aproximadamente.

Dificultad Baja

Castillo Pilas Bonas, curso del Azuer, Puente de la Reina
Molino Rezuelo.

Salida: **Estación de Autobuses, 9:00** horas.

Llevar agua para trayecto.

Comida de merendera.

PRECIO: 3€ Inscripciones en Up: **hasta 6 de Mayo.**
(mínimo para hacer actividad 25 participantes)

DIA 11 DE MAYO, MIÉRCOLES

MARATON DEPORTIVO

Actividades deportivas desde las **10:30 a las 22.00**
(Excepto de 13 a 16)

Pabellón José Manuel Roldán.

Para todas las personas. Inscripciones en la UP

ACTIVIDAD	HORARIO	ACTIVIDAD	HORARIO
10:00-11:00	Step-Cardio	18:00-19:00	Pilates Fusión
11:00-12:00	Pilates	19:00-20:00	Cardio
12:00-13:00	Gim.Educativa	20:00-21:00	Zumba
16:00-17:00	Pilates	21:00-22:00	Zumba
17:00-18:00	Fisio-Pilates		

DIA 12 DE MAYO, JUEVES

MARCHA URBANA-CULTURAL (CRUZ DE MAYO)

Salida: Universidad Popular (UP)

19:00 horas.

Al finalizar habrá un refrigerio en el patio de la Up.

DIA 13 DE MAYO, VIERNES

PISCINA Y SPA

Salida: **Estación de Autobuses** a las **9.30** horas

**Inscripciones en la UP hasta 6 de mayo o hasta agotar
plazas**

Máximo 25 personas .

DIA 14 DE MAYO, SÁBADO

CAMPEONATO REGIONAL CRDEE VOLEIBOLL PLAYA

10 a 19 horas Plaza de Toros

Información en Concejalía de Deportes

TALLER DE PATINAJE (TODAS LAS EDADES)

Explanada del **Recinto ferial** de **11 a 13** horas.

Llevar protecciones. Inscripciones en la Up

DIA 15 DE MAYO, DOMINGO

VIII CARRERA DE LA MUJER

Desde el **Recinto Ferial de Almagro, 09:30** horas

Trayecto 5 km. **Inscripción 3,00€ hasta 12 mayo**

Modelo oficial: Concejalía de Deportes o atletismocalatrava
@gmail.com Para menores es necesaria autorización parental.

Ludoteca: de 3 a 12 años. Rellenar modelo oficial

Camisetas para las 200 primeras inscripciones.