

#EstiuActiuBenicarló

# ESTIU ESPORTIU BENICARLÓ 2025

Inscripcions del 31 de maig al 3 de juny

## PERSONES MAJORS

**DEL 23 DE JUNY A L'1 D'AGOST**  
Nou gimnàs portàtil de les Pistes d'Atletisme

**Força i condicionament +55 anys**  
Dilluns i dimecres: 07:30 - 08:30

**Força i condicionament +65 anys**  
Dimarts i dijous: 08:30 - 09:30

**Força i condicionament +75 anys**  
Dilluns i dimecres: 08:30 - 09:30

**Mobilitat i estiraments +60 anys**  
Dimarts i dijous: 07:30 - 08:30

## POBLACIÓ GENERAL

**DEL 23 DE JUNY A L'1 D'AGOST**  
Nou gimnàs portàtil de les Pistes d'Atletisme

### CUBBÀ

Dilluns i dimecres: 19:30 - 20:30

### PILATES

Dilluns i dimecres: 20:30 - 21:30

### STEP

Dimarts i dijous: 19:30 - 20:30

### IOGA

Dimarts i dijous: 20:30 - 21:30

### FIT PLATJA (gratuït)

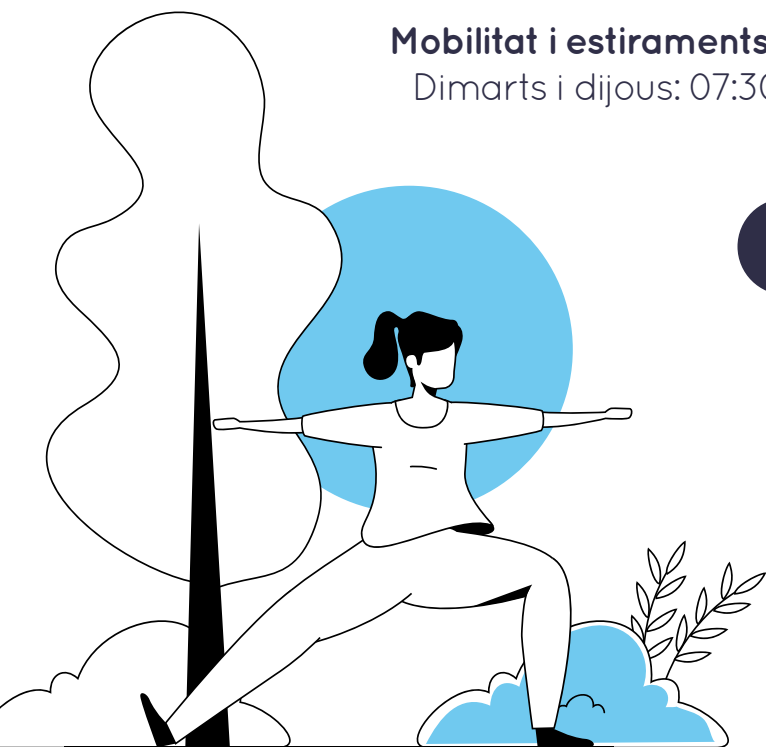
Platja del Morrongo

Dilluns a divendres: 08:00 - 09:00

## ACTIVITATS NÀUTIQUES

**DEL 30 DE JUNY A L'1 D'AGOST**  
Port Esportiu

**Caiaç, vela lleugera i surf de rem**  
Per a joves nascuts entre  
l'01/01 de 2007 i el 31/12 de 2010



**INSCRIPCIONS I MÉS INFORMACIÓ A: [WWW.HJ-CRONO.ES](http://WWW.HJ-CRONO.ES)**

Inscripcions presencials: Oficina Municipal d'Esports (només activitats per a persones majors). **Inici d'activitats:** 23 de juny (activitats aquàtiques, 30 de juny) Telèfon: 964 47 00 50

**PLACES LIMITADES. NO ET QUEDES FORA!**



Ajuntament  
de Benicarló



**Benicarló**  
més esport