

## DIMARTS 30 D' ABRIL

### CUIDANT LA TEUA SALUT MENTAL

**Dirigit:** Alumnat de 3r ESO

**Lloc:** IES MARHUENDA PRATS

**A càrrec de:** Rosario Tomás Graciá, psicòloga general sanitària i Gloria García Gandiz, tècnica en integració social

## DIJOUS 2 DE MAIG

### CURS "DESA"

**Lloc:** Centre de recursos "Casa del Vi"

**Horari:** 17:00 a 21:00 (4 hores)

**Destinatari:** Majors de 14 anys

**Preu:** 30 €

**Inscripcions al correu:**

[administracion@dyaelche.es](mailto:administracion@dyaelche.es)

## DISSABTE 4 DE MAIG

### DUATHLÓ

**Lloc:** Al voltant del Centre de Recursos "Casa del vi"

**Horari:**

**5è i 6è-** 9:00 / **3r i 4t-** 9:20 / **1r i 2n-** 9:40

**Material requerit:** Bicicleta, casc, roba i calçat esportiu

**Inscripcions gratuïtes en:**

<https://pinoso.i2a.es/CronosWeb/Login>

## DISSABTE 4 DE MAIG

### FestiEsport

**Horari:** 9:00

**Dirigit:** Per a totes les edats, sense inscripció

**Material requerit:** roba esportiva i protector solar (esmorzar gratuït)

**Activitats:** Duatlón, Calistenia, Balls esportius, Jocs infantils, K-pop...

### ORGANITZA:

AJUNTAMENT DEL PINÓS  
REGIDORIES DE CULTURA I JOVENTUT,  
SANITAT, ESPORTS E IGUALTAT.



### COL·LABOREN:



**IVAJ** Institut Valencià de la Joventut



Medio Ambiente Pinoso



sanamente

# CAMPANYA SALUT, ESPORTS I JOVENTUT 2024

DEL 18 D' ABRIL AL 4 DE  
MAIG



## DIJOUS 18 D' ABRIL

### LA MÀGIA DE LA RELAXACIÓ

(Situacions d'estrés, oposicions, exàmens...)

**Lloc:** Centre Cultural

**Horari:** 18:00 a 20:00

**Inscripció:** Gratuïta en Centre Cultural

**Material requerit:** Estoreta, coixí i manta

## DIVENDRES 19 D' ABRIL

### MARATÓ DONACIÓ SANG

**Hora:** De 9:30 a 13:30 i de 16:30 a 20:30

**Lloc:** Centre Cultural

## DISSABTE 20 D' ABRIL

### EIXIDA RAFTING BLANCA

**Lloc:** Pavelló Enrique Tierno Galván

**Horari:** Eixida- 9:00 / Tornada- 15:00

**Inscripció:** Centre Cultural

**Preu:** 19€

**Inclou:** Autobús i esmorzar

## DISSABTE 20 D' ABRIL

### XXXVII PUJADA A LA FÀTIMA

**Lloc:** Pavelló Enrique Tierno Galván

**Categories:** Martxa senderista 5 km - 5km- 10 km

**Horari:** 18:00 - 21:00

**Preus e Inscipcions en:**

<https://www.dorsal21.com/>

## DIUMENGE 21 D' ABRIL

### RUTA AMB BICICLETA I XARRADA D'EDUCACIÓ AMBIENTAL

**Zona:** Les Carolines (horts urbans)

**Eixida:** Policia Local (Polígon) a les 10:00

**Nivell ruta:** Fàcil

**Distància:** 6km aprox.

**Material requerit:** Bicicleta, equip de protecció i aigua (esmorzar gratuït)

### MÀGIA I MENTALISME

**Horari:** 19:00

**Lloc:** Teatre Auditori

**Gratuït en:** [agendapinoso.es](http://agendapinoso.es)

### TONI BRIGHT "TORNAR A CAURE"

Uns dels mags de la ment més prestigiosos d'Espanya

Festival de les arts escèniques de l'Excma. Diputació d'Alacant

## DIJOUS 25 D' ABRIL

### TALLER DE CUINA SALUDABLE

#### WASHOKU

"EXPLORANT LA CUINA JAPONESA"

**Horari:** 18:00 a 20:00

**Lloc:** Casa de "Don Pedro"

**Destinataris:** Entre 14 i 30 anys  
Activitat gratuïta, sense inscripció

## DIVENDRES 26 D' ABRIL

### PUJADA NOCTURNA AL REPETIDOR

**Horari:** Eixida-21:30 / Arribada-23:15 aprox.

**Lloc:** Pavelló "Tierno Galván"

**Nivell ruta:** Dificultat mitjana

**Destinataris:** Tots els públics i menors de 18 anys acompanyats per un adult

**Material requerit:** Roba i calçat esportiu a més de llanterna

## DISSABTE 27 D' ABRIL

### XIX CONCURS DE COREOGRAFIES I PLAYBACKS

Especial actuació de "ABRAHAM SERRANO" Raper i Artista

Multidisciplinar

**Horari:** 19:30

**Lloc:** Teatre auditori

**Preu:** 5€

**Entrades en:** [agendapinoso.es](http://agendapinoso.es)

## DILLUNS 29 D' ABRIL

### CURS D'EMBENATGES O LESIONS ESPORTIVES

**Lloc:** Centre de recursos "Casa del Vi"

**Horari:** 19:30 a 21:30 (2 h)

**Destinataris:** Majors de 14 anys

**Inscripcions gratuïtes en:**

<https://pinoso.i2a.es/CronosWeb/Login>