

# On fer-ho? Parcs “Activats”

A cada districte de la ciutat hi ha un parc on un parell de dies a la setmana tenen lloc aquestes activitats físiques suaus.

## Parc de la Ciutadella (districte Ciutat Vella)

Pg. de Picasso, 1.

**Accessos:** pg. Picasso.

**Punt de l'activitat:** entre l'Hivernacle i el museu de Geologia.

Dimarts de 12 a 13h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 12 a 13h: Caminades i exercicis de memòria.

## Platja de l'Espai de Mar (districte Ciutat Vella)

**Punt de l'activitat:** Porxos del passeig Marítim, baixos, 5

Dissabte de 10 a 11h: Tai txi i txi kung

## Parc de Joan Miró (districte Eixample)

C. Tarragona, 74.

**Accessos:** carrers Vilamarí, Diputació, Tarragona i Aragó.

**Punt de l'activitat:** a 50 metres del bar del parc.

Dilluns de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dimecres de 10 a 11h: Caminades amb exercicis de memòria.

## Jardins de la Indústria (Districte Eixample)

**Accés:** Carrer de la Indústria

**Punt de trobada:** entrada del parc

Dimarts de 10.30 a 11.30h: Tai Txi i Txi Kung

Dijous de 10.30 a 11.30h: Caminades i exercicis de memòria

## Parc del Mirador del Poble-Sec (districte Sants-Montjuïc)

Passeig de Montjuïc, 28.

**Accessos:** antiga carretera de Montjuïc/passatge de la Vinyeta i passeig de Montjuïc

**Punt d'activitat:** passeig Montjuïc amb carrer Palaudàries.

Dimarts de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 10 a 11h: Caminades i exercicis de memòria.

## Jardins dels Drets Humans (districte Sants -Montjuïc)

Foneria, 39.

**Accessos:** passeig de la Zona Franca 185-219, carrer Amnistia Internacional 14.

**Punt d'activitat:** zona central.

Dimarts de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 10 a 11h: Caminades i exercicis de memòria.

## Jardins de la Maternitat (districte Les Corts)

Trav. de les Corts.

**Accessos:** trav. de les Corts i carrers de la Maternitat, Doctor Salvador Cardenal i Mejia Lequerica.

**Punt de l'activitat:** davant l'edifici rosa entrant pel carrer Maternitat.

Dimarts de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 10 a 11h: Caminades amb exercicis de memòria.

## Jardins de la Vil·la Amèlia (districte Sarrià-Sant Gervasi)

C. de Santa Amèlia amb carrer d'Eduardo Conde.

**Accessos:** carrers de Santa Amèlia, d'Ifni i d'Eduardo Conde.

**Punt d'activitat:** al costat de la font del llac.

Dimarts de 12 a 13h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 12 a 13h: Caminades i exercicis de memòria.

### Plaça de les Dones del 36 (districte Gràcia)

C. Torrent de l'Olla, 175 o c. Santa Àgata, 40.

**Punt de l'activitat:** al costat del passadís central.

Dimarts de 12 a 13h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 12 a 13h: Caminades i exercicis de memòria.

Degut a les obres de la plaça de les Dones del 36 l'activitat Activa't als Parcs del districte de Gràcia es traslladarà, fins a la finalització de les obres, a la plaça situada entre els carrers Trilla i Gran de Gràcia, al carrer Santa Rosa número 13.

### Jardins de Rosa de Luxemburg (districte Horta-Guinardó)

Av. de l'Estatut de Catalunya, 15-39.

**Accessos:** avingudes de l'Estatut de Catalunya i del Cardenal Vidal i Barraquer, i carrer de Jorge Manrique.

**Punt de l'activitat:** al costat de l'escola, per l'entrada de Cardenal Vidal i Barraquer.

Dilluns de 12 a 13h: Tai txi i txi kung.

Dimecres de 12 a 13h: Caminades amb exercicis de memòria.

### Parc de la Guineueta (districte Nou Barris)

Pl. de Lluçmajor.

**Accessos:** plaça de Lluçmajor, ronda de Dalt i carrers de l'Artesania i del Castor.

**Punt de l'activitat:** al costat de la font.

Dimarts de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 10 a 11h: Caminades amb exercicis de memòria.

### Plaça de l'Aqüeducte (districte Nou Barris)

**Accés:** Carrer Moixeró

**Punt de trobada:** zona central

Dilluns de 10 a 11h: tai Txi i Txi Kung

Dimecres de 10 a 11h: Caminades i exercicis de memòria

### Parc de la Pegaso (districte Sant Andreu)

C. de la Sagrera.

**Accessos:** c. Portugal, de la Sagrera, i Rovira i Virgili.

**Punt d'activitat:** entrada pel c. Portugal (al costat de l'estany).

Dimarts de 12h a 13h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 12h a 13h: Caminades i exercicis de memòria.

### Plaça del Baró de Viver (districte Sant Andreu)

Tiana/Campins/Ciutat d'Asunción/Santa Coloma. Accés: més proper carrer de Tiana.

**Punt d'activitat:** sota els pins de la plaça.

Dilluns de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dimecres de 10 a 11h: Caminades i exercicis de memòria.

### Parc del Clot (districte Sant Martí)

C. dels Escultors Claperós, 36.

**Accessos:** Escultors Claperós, Municipi, pl. de Joan Casanelles / rbla. del Poblenou, Gran Via de les Corts Catalanes / Llacuna.

**Punt de l'activitat:** al costat de l'espai de jocs infantils.

Dilluns de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dimecres de 10 a 11h: Caminades amb exercicis de memòria.

### Rambla de Prim (districte Sant Martí)

Rambla de Prim, 53.

**Punt de l'activitat:** davant de la zona infantil de jocs.

Dimarts de 10 a 11h: Tai txi i txi kung.

Dijous de 10 a 11h: Caminades i exercicis de memòria