



# EL NOSTRE MENÚ

## F-7

De 5 a 9 anys

Escoles d'iniciació

Lliga regular, trobades poliesportives,

26a Supercopa i Copa Primavera

Camps de futbol de cada club

Dissabtes matí

Quota del Consell: 60 € per jugador

(benjamí i prebenjamí); escoleta, 40 €

## NATACIÓ

De 8 a 18 anys

Club Natació Olot

Dissabtes, de 9 a 10 del matí

Places limitades

Quota anual: 70 €

## 20A Lliga Veterana / 20a Copa Veterana..

Camps de gespa i de terra comarcals

Dissabtes a la tarda

## RÀNQUING COMARCAL D'ATLETISME .....

Gran Premi *Le coq sportif*

23è Cros d'Olot

Campionat Gironí de Cros

25è Cros de Castellfollit

17è Cros del Bosc de Tosca

35è Cros d'Estiu de Sant Feliu

37a Cursa Popular "Ciutat d'Olot"

## BÀSQUET

De 6 a 11 anys

Pistes de cada centre

Dissabtes matí

Lliga regular i matinals

Quota del consell: 40 € per jugador

## PATINATGE

De 5 a 10 anys. Places limitades

Pavelló d'Esports d'Olot

Dijous, de 6 a 2/4 de 7 de la tarda

Quota anual: 70 €

## CIRCUIT ARESTA DE CURSES POPULARS

### PER MUNTANYA DE LA GARROTXA .....

7a Cursa Aplec de Sant Martí

7a Sansi de muntanya de les Planes

6a Cursa de la Moixina

9è Corre pel cor de la Fageda

4a Cames de Ferro solidària al Puigsacalm

11a Cursa de Bonavista

6a Cursa Picnic Sant Antoni

44a Pujada a la Salut

19è Puja i Baixa a Batet de la Serra

26a Cursa Festa de Sant Roc

8a Cursa Popular Verntallat - El Mallol

29a Pujada a Sant Ferriol

10a Volta pels Volcans d'Olot

6a Cursa de Muntanya de Besalú

3a Vertikalm, quilòmetre vertical al Puigsacalm

# I A MÉS

Esportsà. L'Esport, una escola

Jocs Emporion

Rodajoc per a Primària

Orientolot per a Secundària

Orientanyerros de Les Planes

Trofeu Tallaferro d'orientació de Besalú

## SUC D'ESPORT. PROMOCIÓ POLIESPORTIVA .....

Pilota, raqueta, atletisme i fruita

Lliga de promoció poliesportiva per a equips

mixtes de nens i nenes de 6 i 7 anys.

Dissabtes matí

# PER ACOMPANYAR

**ASSESSORAMENT MÈDIC:** Consulta i assessorament a càrrec del Dr. Francesc Moiset, especialista en Medicina Esportiva. Revisions i proves d'esforç.

Material esportiu de préstec, megafonia, dorsals, pancartes, actes, organització i coordinació d'esdeveniments, trofeus, cinta plàstica, podis, arcs inflables, arbitratges...

# ET SUGGERIM...

**TENNIS TAULA** · Club Tennis Taula Olot

**VOLEIBOL** · Club Volei Olot

**ESCACS** · Club Escacs Olot

**JUDO / INICIACIÓ AL JIU-JITSU** · Gimcol

**GIMNÀSTICA ARTÍSTICA / ACROBÀCIES** · Gimcol

**RUGBI** · Rugbi Club Garrotxa

**ATLETISME** · CN Olot i CA Olot-Terra de Volcans

**CICLISME** · Escola de ciclisme Carles Torrent

**TAEKWONDO** · Taekwon-d'Olot

**AIKIDO - IAIJUTSU** · Taekwon-d'Olot

**HOQUEI PATINS** · Club Patí Hoquei Olot

**PÀDEL** · Pàdel Indoor Garrotxa



## TAMBÉ ENS POTS TROBAR

Marxa Nadalena

100% Tondo Marxa Cicloturista

Romànic Extrem de Bianya

Marxa Cicloturista "Terra de Remences"

Dia Internacional de la Discapacitat

Memorial Miquel Vilanova de Cros

Duatló de Castellfollit de la Roca

Marxa popular del Gos de Sant Roc

BTT de Santa Pau

Open Tàctic de Sant Joan les Fonts

Montcalbike de Maià de Montcal

Desfrenada de Besalú

Nyerrabike de Les Planes d'Hostoles

Bici Muntanya d'Oix

Pedalada de Santa Lúcia de St. Feliu de Pallerols

Diada del Pedal

Duatló de Muntanya de Santa Pau

Volta a la Garrotxa de ciclisme

OrienTura-Cursa d'orientació

Swimming-Cros de Castellfollit

Mitja Marató de la Garrotxa

Marxa solidària de la Creu Roja