

# Agenda Deportiva



## SENDERISMO SIERRA DE LOKIZ

DESDE GANUZA A ARTAVIA. 13KM - Domingo 22 de octubre.

Salida a las 7:45 hs, desde el monumento. Regreso sobre las 14,30 hs  
Cuota:5€. (Inscripciones: hasta el 19 de octubre en el Ayuntamiento o gimnasio/spa)

Ganuzá (600mts), Barranco de Zologorri (820mts), Sartzaleta (1.109 mts). Puerto de Aramendía (1073 mts) ermita de San Cosme y San Damian (1090mts), río Urederra (480mts), Artavia (455mts)

## PASOS POR TU SALUD.

En colaboración con el Centro de salud

## MARCHA NÓRDICA. Curso nivel intermedio e iniciación

Sábado 4 de Noviembre de 10:00 a 13:00 hs. Iniciación

Domingo 5 de Noviembre de 10:00 a 13:00 hs. Nivel Intermedio

Cuota: 5€/ Inscripciones: hasta el 2 de noviembre en Ayuntamiento de Mendavia

Imparte: Club Marcha Nórdica de Azagra (Los profesores traen bastones para todos los participantes en el curso.)

La marcha nórdica es un deporte integral ¡Es apto para todas las edades, no dejes de probarlo!

## XXV CARRERA DE NAVIDAD DE DENOMINACIONES Y CALIDAD

EN COLABORACIÓN CON EL CLUB ATLETISMO MENDAVIA

Sábado 23 de Diciembre. Todas las categorías

A partir de las 17:00 h que comenzarán los más pequeños, hasta las 18:00 hs que comienza la categoría absoluta

Inscripciones; la categoría absoluta se hará a través de Rocksport, el resto de categorías en Ayuntamiento de Mendavia, o hasta 1 hora antes de la carrera.

## CURSOS DEPORTIVOS

Las actividades comienzan la primera semana de octubre, pero puedes informarte o inscribirte en el Ayuntamiento de Mendavia durante todo el curso.

JUVENIL-ADULTO: Aerobic, pilates, yoga, taichí, gimnasia de mantenimiento, TRX, HIT, spinning, kicboxing, baile de salón, flamenco y danza oriental.

INFANTIL: psicomotricidad, multideporte, natación, HIT, gimnasia rítmica, danza urbana.

## OTROS CURSOS: COSTURA

COMIENZA EL LUNES 16 DE OCTUBRE.

Clases: Lunes y miércoles a las 18:00 hs.

Inscripciones en el Ayuntamiento de Mendavia

NOTA: para cualquier información podéis llamar al Ayuntamiento (Tlf: 948 68 51 76)

TAMBIÉN PUEDES CONSULTAR LA PROGRAMACIÓN EN LA PÁGINA WEB

[www.mendavia.es](http://www.mendavia.es)

SÍGUENOS EN:



Ayuntamiento de Mendavia  
haz «click» en ME GUSTA



@AytoMendavia



MENDAVIA APP

ORGANIZA



Ayuntamiento de Mendavia

PATROCINA

Nafarroako Gobernua  Gobierno de Navarra



AGENDA

# Mendavia

# Otoño 2023