

2025-2026

CALENDARI

Les activitats programades directament per la Unitat d'Esports de l'Ajuntament (FEM + ESPORT, CAMINADES SALUDABLES) segueixen el calendari escolar en relació als dies festius i períodes de vacances.

INSCRIPCIONS · PLACES LIMITADES

• Presencial (només Gimnàstica de manteniment)

- Només amb cita prèvia, cal demanar dia i hora:
T 972 816 769 o esports@platjadaró.com
- Cal portar documentació requerida

• En línia. Seu electrònica Ajuntament

- Mitjançant el tràmit corresponent [AQUÍ](#)



• Inscripcions infantils:

25 d'agost de 2025 fins omplir places

- Documentació necessària pels infants:
Targeta sanitària + formulari d'inscripció ([PDF](#))



• Inscripcions adults:

25 d'agost de 2025 fins omplir places

- Documentació necessari:
DNI + formulari d'inscripció ([PDF](#))



Cal assolir el mínim establert d'usuaris per poder dur a terme l'activitat, en cas contrari, s'estudiarà la realització d'aquesta o anul·lació.



Ajuntament de
Castell d'Aro
Platja d'Aro
S'Agaró

Fem
Esport!

Unitat d'Esports

Palau d'Esports i Congressos
Plaça d'Europa s/n, 17250 Platja d'Aro
T 972 816 769 esports@platjadaró.com
www.platjadaró.com
ciutada.platjadaró.com



Diputació de Girona

Fem
Esport!

PROGRAMA
ESPORTIU
MUNICIPAL
2025-2026

PROGRAMA FEM+ESPORT

FEM+ESPORT PSICOMOTRICITAT CASA LILA

Dijous · 16-18.30 h

Infants de l3, l4 i l5

Palau d'Esports i Congressos · Platja d'Aro

Inscripció a la Casa Lila (tot el curs escolar): 31 €

Activitat lúdica per desenvolupar les habilitats motrius bàsiques dels infants i treballar espai, temps, destreses i relació amb altres nens.

FEM+ESPORT SOTS 9

Dilluns i dimecres · 16-17 h

Infants de 1r, 2n i 3r de Primària

Sala Polivalent · Castell d'Aro

Inscripció (tot el curs escolar): 75 €

Iniciació lúdica a esports no reglamentats per desenvolupar habilitats motrius: bàsquet, natació, hòquei, atletisme, vela, SUP, caiac i més.

FEM+ESPORT SOTS 12

Dilluns i dimecres · 17.15-18.15 h

Infants de 4t, 5è i 6è de Primària

Sala Polivalent · Castell d'Aro

Inscripció (tot el curs escolar): 75 €

Educació integral a través de l'esport, adquirint tècnica, valors i actituds amb activitats com bàsquet, natació, hòquei, atletisme, vela, SUP i caiac.

FEM+ESPORT JOVES SOTS 14

Dimarts · 16.30-18 h

Joves de 1r i 2n d'ESO

Palau d'Esports i Congressos · Platja d'Aro

Gratuït amb inscripció prèvia

A cada sessió es treballa un valor mitjançant jocs esportius i espais de reflexió perquè els participants el posin en pràctica.

FEM+ESPORT JOVES SOTS 18

Dimecres · 16.30-18 h

Joves de 3r i 4t d'ESO i 1r de Batxillerat

Gener, febrer i març pàdel · Club Tennis d'Aro

Inscripcions: del 18 de novembre al 14 de desembre

Abril, maig i juny activitats aquàtiques (caiact i SUP) · Port d'Aro

Inscripcions: del 18 de novembre al 10 de març

Més informació: W 691 675 151

Inscripció fins a omplir les places: 75 €

ESPORT I SALUT

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

Dilluns i dimecres · 15.30-16.30 h i 16.30-17.30 h

Gent gran, a partir de 60 anys

Grups de màxim 15 persones

Palau d'Esports · Platja d'Aro

Inscripció (tot el curs): 65 €

SENDERISME

Per a tothom que vulgui passar una estona agradable caminant per les nostres rutes i senders locals

Cada 3r diumenge de mes (d'octubre a maig)

Lloc de trobada: a determinar, cada mes un punt diferent
Gratuït

Inscripcions abans de les 14 h del divendres anterior a l'activitat a: esports@platjadaro.com

MARXA NÒRDICA DIPSAUT

Iniciació a la marxa nòrdica (gratuït)

Dilluns · 18.30 h

Punt de trobada: Parc de Salut · Platja d'Aro

Recorregut: Xarxa d'Itineraris Saludables del municipi
Gratuït

Més informació: W 677 028 414

CAMINADES SALUDABLES

Activitat adreçada a adults majors d'edat.

Dimarts i divendres · 11 a 12 h

Lloc de trobada:

Palau d'Esports i Congressos · Platja d'Aro

Preu: Gratuït.

TALLER DE MARXA NÒRDICA

Sortides de marxa nòrdica

Dimecres · 9-10.30 h

Punt trobada: Palau d'Esports i Congressos · Platja d'Aro
Primer grup inici el 14 de gener al 18 de març

Inscripcions: del 18 de novembre al 14 de desembre

Segon grup inici el 25 de març al 27 de maig

Inscripcions: del 18 de novembre al 10 de març

Inscripció fins a omplir les places: 50 € per 10 sessions

Més informació: W 691 675 151

GUIA ENTITATS ESPORTIVES

Consulta [aquí](#)



GUIA DE SENDERISME

Consulta [aquí](#)



RUTES WIKILOOC

Consulta [aquí](#)

