

L'esport femení omple el centre de la ciutat de Girona



Detall d'una de les activitats esportives MANEL LLADÓ.

Unes 1.800 nenes, joves i dones van participar ahir al matí en les activitats esportives organitzades amb motiu de la Jornada de l'Esport Femení, que es van dur a terme a la plaça de Salvador Espriu, a la de Francesc Calvet i Rubalcaba, a la llera del riu Onyar, al passeig del General Mendoza i a la plaça de Catalunya de Girona i que es va tornar a celebrar prop del Dia de la Dona.

Les participants van poder practicar fins a 24 disciplines, algunes de noves respecte a edicions anteriors. Entre d'altres, van poder practicar hoquei sobre patins, tennis de taula, gimnàstica artística, voleibol, piragüisme, atletisme, rugbi, gimnàstica rítmica, halterofília, bàsquet, futbol, activitats subaquàtiques, handbol, patinatge artístic, escacs, judo, tennis, skate, marxa nòrdica, paleotraining, nàutica, curses d'orientació i bàsquet i tennis en cadira de rodes, a més del joc tradicional de les bitlles catalanes.

En paral·lel, també es van dur a terme activitats d'assessorament en fisioteràpia, a càrrec de la secció territorial de Girona del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, i diversos tallers de psicologia, sota la direcció del Grup de Treball de Prevenció i Intervenció en Psicologia de l'Esport, de la Delegació de Girona, del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya; de nutrició esportiva, amb el Col·legi de Dietistes i Nutricionistes de Catalunya -

CoDiNuCat; de perspectiva de gènere en l'àmbit esportiu, per part d'una educadora física esportiva especialitzada en gènere, i un taller de sensibilització i conscienciació sobre la realitat de les nenes, noies i dones en l'àmbit esportiu, organitzat per la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física, així com pels Serveis Territorials del Departament d'Igualtat i Feminismes de la Generalitat a Girona.

Cal destacar l'èxit de convocatòria en els quatre circuits organitzats per practicar activitats físiques dirigides en grups tancats –una de les novetats–, que oferien sessions d'hipopressius, d'estiraments, de marxa nòrdica, de pilates i de paleotraining, una sortida de caminadores i corredores i la xerrada Dona i esport: com tenir un estil de vida actiu i saludable en totes les etapes de la vida, a càrrec del Col·legi de Professionals de l'Activitat Física i l'Esport de Catalunya (Coplefc).

Publicat a:

-El Punt Avui. Girona 06-03-2023, Pàgina 6

Font del document:

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/2262422-l-esport-femeni-omple-el-centre-de-la-ciutat-de-girona.html>