



SEMANA DE L'ESPORT

DE MASQUERAFA

del 13 al 19 d'octubre de 2025



Dilluns 13

Del 13 al 19 d'octubre, durant tot el dia – **REPTES FITNESS I PISCINA AMB EL CEM** – Sala Fitness i piscina

- 4 REPTES: Squat, press banca, rem i la piscina més ràpida.
- 2 CATEGORIES: Femenina i masculina
- Primer i segon premi per a cada repte i categoria
- Consulteu la normativa amb els tècnics de la Sala Fitness i piscina



Dimarts 14

D'11.30 a 13 h – **BALLS EN LÍNIA AL CARRER** – Plaça de la Vila (davant de l'Ajuntament)

- Classe oberta i gratuïta a càrrec del professor Fernando Orihuela

De 17.30 a 19 h – **CLASSE OBERTA CROSSTRAINING AMB EL CEM** – Zona exterior del CEM

- Inscripció gratuïta per a abonats i no abonats a la recepció del CEM

De 18 a 19 h – **XERRADA SOBRE L'ENTRENAMENT DE FORÇA, AMB EXERCICIS DINÀMICS** – Sala d'activitats dirigides del CEM

- A càrrec de l'Eva Fructuoso i l'Alejandro Milán (Centre de fisioteràpia i d'osteopatia OSSIS)



Dimecres 15

A les 10.30 h – **CLASSE OBERTA BALLFIT AMB EL CEM** – Camp de futbol municipal

- Inscripció gratuïta per a abonats i no abonats a la recepció del CEM, amb places limitades

Dijous 16

De 10.30 a 12 h – **BALLS EN LÍNIA AL CARRER** – Plaça de la Vila (davant de l'Ajuntament)

- Classe oberta i gratuïta a càrrec del professor Fernando Orihuela

De 17 a 18 h – **ENTRENAMENT FÍSIC SEGONS L'ANATOMIA CORPORAL** – Sala d'activitats dirigides del CEM

- A càrrec de l'Enric Gómez i el Christian Ruiz (Centre de fisioteràpia FISART)



Divendres 17

A les 17.30 h – **TALLER SOBRE BEGUDES ENERGÈTIQUES I MÉS...**

– Sala d'actes Biblioteca M. Carme Junyent Figueras

- A càrrec de la dietista i nutricionista Núria Duran



Dissabte 18

De 9 a 13 h - **AMERICANA DE PÀDEL** - Pistes de pàdel CEM

- Categoria femenina de 9 a 11 h
- Categoria masculina d'11 a 13 h
- Inscripció gratuïta per a abonats i no abonats a la recepció del CEM - amb places limitades
- Premis als primers i segons classificats per a cada categoria

De 16.30 a 20 h - Fàbrica Rogelio Rojo

TARDA DE E-SPORTS I JOCS RECREATIUS

Emoció, competició i jocs en grup amb els millors simuladors de carreres amb realitat virtual, Nintendo Switch, Ulleres VR, PlayStation, futbolí i zona recreativa retro.



LUDETECA DE JOCS TRADICIONALS

30 espais amb tota mena de jocs de fusta tradicionals en gran format.



Diumenge 19

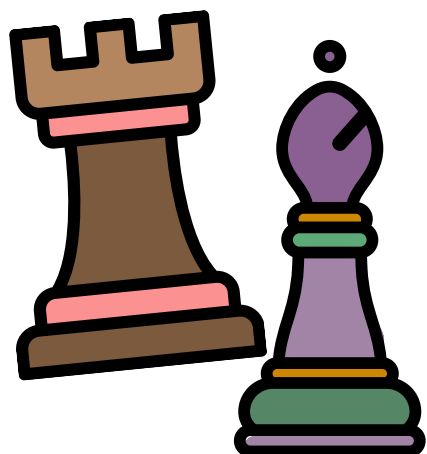
A les 10 h – **IX TRAIL LES TRES FONTS** – Sortida i arribada a la Plaça dels Jocs

- 12,7 Km, desnivell 317m positius
- Organitza: Associació Masquefa Trail



De 10 a 13 h – **TORNEIG D'ESCACS** – Plaça Muriel Casals (davant de la Biblioteca M. Carme Junyent)

- Jocs de 5 rondes amb sistema Suís – 10 minuts a finish
- Classes d'iniciació amb 2 professors federats, per a totes les edats
- Premis per als 3 primers classificats i obsequis per a tots els participants
- Inscripció gratuïta fins al 18 d'octubre al correu escolaescacssabadell@coralcolon.net o al **651 10 38 45**
 - Nom i cognom
 - Edat
 - Població
- Organitza: Societat Coral Colon de Sabadell



ACTIVITATS ORGANITZADES PER LES ENTITATS ESPORTIVES DURANT LA SETMANA DE L'ESPORT:

Masquefa Tennis Taula Club

Divendres de 18 a 20 h – **JORNADA PORTES OBERTES I TORNEIG FAMILIAR** – Local Tennis Taula

- Inscripció prèvia fins al 15 d'octubre al correu masquefattc@gmail.com
- *El torneig se celebrarà sempre que hi hagi un nombre mínim d'inscripcions*

Escola de dansa Somnis d'Art

Dilluns de 18.30 a 19.30 h – **RACÓ DE DANSA** – Plaça de la Vila (davant de l'Ajuntament)

- Per a infants a partir de 1r de primària fins a 4t d'ESO
- Inscripció prèvia fins al 10 d'octubre al correu edansasomnisdart@gmail.com

Club Patí Masquefa

Dilluns i divendres de 17 a 18.15 h – **JORNADA DE PORTES OBERTES** – Pavelló 1

- Per a infants entre 3 i 9 anys

Club Patinatge Artístic

Dimarts a partir de les 17 h – **JORNADA DEPORTES OBERTES** – Pavelló 1

- Inscripció prèvia al correu cpamasquefa@gmail.com

Futbol Club Masquefa

De dilluns a dijous – **JORNADA DE PORTES OBERTES** – Camp de futbol municipal

Dilluns i dimecres:

- De 17.30 a 19 h – Entre 8 i 10 anys

Dimarts i dijous:

- De 17.30 a 18.45 h – Entre 4 i 5 anys
- De 17.30 a 19 h – Per a infants de 6, 7 i 11 anys

Associació Gimnàstica Masquefa

Dilluns i dimecres de 17 a 18.15 i dimarts i dijous de 19 a 20.30 h – **CLASSES OBERTES POLEDANCE** – Local de l'Associació c/ Dídac Toldrà, 37

- Amb places limitades

ACTIVITATS ORGANITZADES PER LES ENTITATS ESPORTIVES DURANT LA SETMANA DE L'ESPORT:

Club Voleibol Masquefa

JORNADA DE PORTES OBERTES

Dimarts:

- De 15.30 a 17 h – Categoria femenina 2008 i 2009 – Pavelló 2
- De 17 a 18.15 h – Categoria femenina de 2010 a 2013 – Pavelló 2
- De 19.30 a 20.45 – Categoria masculina de 2006 a 2013 – Pavelló 2
- De 20.45 a 22 h – Categoria masculina i femenina a partir del 2006 – Pavelló 2

Dimecres:

- De 17 a 18.15 h – Categoria masculina i femenina de 2014 a 2017 – Pavelló 2

Divendres:

- De 15.30 a 17 h – Categoria femenina de 2008 a 2011 – Pavelló 2
- De 17 a 18.15 h – Categoria masculina i femenina de 2014 a 2017 – Gimnàs Instiut de Masquefa
- De 18.15 a 19.30 h – Categoria masculina i femenina 2012 i 2013 – Gimnàs Instiut de Masquefa
- De 20.45 a 22 h – Categoria masculina i femenina partir del 2006 – Gimnàs Instiut de Masquefa

L'Alzinar Societat Recreativa i Cultural

Dilluns:

- De 17.45 a 19 h – **CLASSE OBERTA DE SARDANES**
- De 20 a 21 h – **CLASSE OBERTA DE PILATES**

Dimarts:

- De 9.30 a 10.30 h – **CLASSE OBERTA BODY BALANCE**
- De 19 a 20 h – **CLASSE OBERTA DE CHIKUNG**

Dimecres:

- De 9.15 a 11.15 h – **AMERICANA DE PÀDEL** – Pàdel l'Alzinar
- De 17.30 a 19 h – **AMERICANA DE PÀDEL 2ª FEMENINA** – Pàdel l'Alzinar
- De 20 a 21 h – **CLASSE OBERTA DE PILATES**

Dijous:

- De 19 a 20 h – **CLASSE OBERTA DE IOGA**

Associació Motorista S-4133

Dijous a partir de les 19 h – **XERRADES I EXHIBICIÓ DE MOTOCICLETES** – Local de l'Associació de Motoristes c/ Sant Antoni, 39