

PER A JOVES

RECERCA DE FEINA

Com fer el teu CV

Estàs buscant feina? Vols actualitzar el currículum o revisar quina és la millor fórmula per trobar feina? Hores convingudes. + Informació 699425253

TALLER "CANVIS ON"

Descobreix-te a tu mateix/a

Un espai divertit per entendre millor els teus canvis físics, emocionals... a través del cos, la música i el joc

DIMECRES 5 DE NOVEMBRE

De 16h a 17.30h per joves de 1r i 2n d'ESO

De 17.45h a 18.15h per joves de 3r i 4t d'ESO

Sala Polivalent de Vall-llobrega

Espai a concretar. A càrrec de Tania Duran, tècnica de l'Oficina Jove del Baix Empordà especialitzada en intel·ligència emocional

BÚSTIA DE PROPOSTES

Quines activitats t'agradaria que es programin?

Digues la teva a la bústia que trobaràs a través d'aquest QR o a www.vall-llobrega.cat



PROJECTE DE PARTICIPACIÓ

Seguim amb la renovació de l'antic skate parc

Aquesta tardor els alumnes de 6è, dissenyaran l'espai de joc i valoraran els possibles nous usos, de l'antiga pista d'skate.

Activitats organitzades per l'Ajuntament de Vall-llobrega



OBRA DE TEATRE

"Tots a bord!"



Diumenge 5 d'octubre

Representació de teatre

A les 12h - Sala Polivalent

Entrada lliure

Organitza: Tramuntana teatre

LA MARATÓ DE TV3

La Marató 3

Vall-llobrega amb La Marató

Diumenge 7 de desembre

- 9h: *Il Vertical al Montgut solidària*
- 16h: Gimcana "Troba el teu tió"



Diumenge 14 de desembre

Vermut solidari i +...

Més informació i inscripcions properament



ACTIVITATS DE NADAL

Gran Quina CFS Vall-llobrega

Dies: 25, 27, 28 de desembre i 1 de gener

! Espai Polivalent

Organitza: CFS Vall-llobrega



Taller de fanalets

Primera setmana de gener 2026

Informació i inscripcions properament a

www.vall-llobrega.cat

Més informació: @ [ajuntamentvallllobrega](https://ajuntamentvallllobrega.cat)

www.vall-llobrega.cat

ajuntament@vall-llobrega.cat - 972315464

Serveis per a joves: 699425253

ACTIVITATS A VALL-LLOBREGA



TARDOR - HIVERN

4t trimestre 2025



Ajuntament de
Vall-llobrega

ACTIVITATS ESPORTIVES I ESPAI POLIVALENT

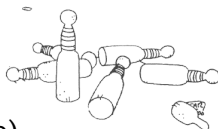
FUTBOL SALA

Dimarts i Dijous de 19:00h a 22:30h
Jugadors de +18 anys amb experiència en Futbol Sala
+ informació: 639553541 (Xavier)
Club Futbol Sala Vall-llobrega



BITLLES CATALANES

Descobreix aquest esport i forma part del Club de Bitlles de Vall-llobrega
+ informació: 606546972 (Josep)



SENGLANOTS TRAIL RUNNING CLUB

ACTIVA'T! I MOU-TE PER UN COS FUNCIONAL

Dilluns de 19h a 20.30h
Divendres de 20.30h a 21.30h
Sortides setmanals i activitats
Entrenaments per millorar: la mobilitat, flexibilitat, força i agilitat. Exercicis i tècniques per un moviment funcional complet
+ informació: senglanots@gmail.com



PATINATGE ARTÍSTIC

Divendres de 17.30h a 18:30h
Nens/es de 1r a 6è
Empadronats/des i/o de l'escola de Vall-llobrega
Inscripcions: club@cpapalafrugell.com



*L'organització es reserva el dret de modificar o anul·lar les activitats incloses en aquest programa

ACTIVITATS A LA SALA POLIVALENT

PILATES

Dimarts de 18.30h -19:30h
i de 19:30-20:30
Dimecres (a l'espai polivalent)
de 19:00 a 20:00h
15€/mes 2 sessions setmanals
Inscripcions a www.vall-llobrega.cat



KICK POWER

Dilluns i dimecres
De 20:30h a 21:30h
+ informació: Manoli 654 30 11 21



BALLS LLATINS

Dimarts de 20.30h a 22.30h
Dijous de 20:00h a 22:00h
Pots venir sol/a o en parella
+ informació: 680639052



TENIS TAULA

Dilluns de 17h a 19h
Dijous de 18h a 20h
Per adults / menors acompanyats
+ informació: Presencialment a l'espai els dies d'activitat



IOGA

Divendres (adults)
de 17:30h a 18.30h
+ informació: 619 51 64 56



GRUP DE TEATRE

Divendres de 19h a 21h
A partir dels 14 anys
+ informació:
tramuntanateatre@gmail.com



T'ANIMES A PARTICIPAR...?

CURS DE TAST DE VINS

Per gaudir i descobrir-ne més
Dirigit per Marta Arenas
Tens curiositat pel món del vi?
T'agrada però creus que no hi entens gaire?

3 sessions pràctiques amb tast de 6 vins
 Divendres 14 i 28 de novembre i 12 de desembre
 De 18:30h a 20h
 Sala Polivalent
 Preu: 75€ (tot el curs)
 Places limitades
+info 647 44 38 73 / inscripcions pròximament

Xerrada: "Parlem i no ens entenem"

Dijous 6 de novembre
 De 19h a 21h
 Sala de Plens
La comunicació és una de les habilitats més importants en una relació de parella, però aquesta no sempre flueix, millorar aquesta habilitat és l'eix central d'aquest taller.
Inscripcions a www.vall-llobrega.cat fins el 4/11
A càrrec de Marina Castro i Leonarte

CURS SVB I PRIMERS AUXILIS

Dissabte 15 de novembre
 De 10h a 14h
 Sala Polivalent
 Places limitades - Gratuït
Conceptes del Suport Vital Bàsic + coneixaments bàsics de primers auxilis.
Inscripcions i més informació properament