

Benvolgudes i benvolguts esportistes,

L'àrea d'Esports de l'Ajuntament de Llagostera organitza dins els actes commemoratius del Dia de la Dona la V **CURSA DE LA DONA LLAGOSTERA 2025**. La cursa es farà el diumenge dia 02 de març. La nostra inquietud és mobilitzar un gran nombre de persones disposades a gaudir d'aquest esdeveniment. Es tracta d'una cursa pensada perquè totes les dones es dediquin una estona a elles mateixes, a la seva salut física, mental i al seu benestar.

Aquesta vol ser una cursa oberta a tothom, per tant, us engresquem a participar-hi individualment, en família o amb les vostres amistats.

En aquesta cinquena edició ens fa molta il·lusió tornar a presentar tres recorreguts.

En primer lloc, un **recorregut inclusiu** pensat per fer de manera segura amb vehicles rodats com handbikes, cadires de rodes, cotxets, etc. que transcorrerà pel carril bici. En segon lloc, presentem els recorreguts de **5 km i 10 km** que es poden fer caminant o corrent depenent de l'estat de forma de cadascú. Els itineraris passen per corriols i pistes forestals de Llagostera que potser no coneixeu i qui sap si descobrir-los serà una motivació per tornar-hi altres vegades i millorar encara més la salut física i mental.

En l'edició d'enguany incorporem la novetat que la sortida tindrà lloc a la Plaça Catalunya i uns vint minuts previs a la sortida 9:40 h., una monitora del gimnàs "El Municipal" dirigirà un escalfament a totes les persones que ho desitgin. L'arribada com sempre serà a l'aparcament del Pavelló Josep Mir.

La primera edició de la cursa de la dona va ser virtual l'any 2020 degut a la COVID19, el 2021 en la seva segona edició ja presencial dèiem que estava pensada perquè perdurés en el temps. Doncs aquest 2025 ja en la seva cinquena edició pensem que la cursa està consolidada, esperem que la gaudiu amb la mateixa il·lusió que ho fa l'àrea d'esports de l'ajuntament recolzada per un munt de voluntàries i voluntaris, que amb el seu suport tot és més fàcil.

Bona cursa a tothom!!!

Àrea d'Esports de l'Ajuntament de Llagostera