

6 d'abril de 2023

#DMAF2023
#PosatenMarxa
#SumaSalut

Gaudeix la vida, posa't en marxa!



Dia Mundial de l'Activitat Física



**Acumular 30 minuts d'activitat física diària
en adults i gent gran i 60 minuts en
infants i adolescents millora la qualitat de vida.**

 **Generalitat
de Catalunya**