

[ciutateuropeadelesport.manresa.cat](http://ciutateuropeadelesport.manresa.cat)

#EuropeanCityofSport2024



**MANRESA2024**  
CIUTAT EUROPEA DE L'ESPORT

**Manresa Ciutat Europea de l'Esport 2024**

**Competim, participem, promovem i aprenem.  
Programa activitats i esdeveniments.**

Un dels principals objectius de ciutat és aconseguir que qualsevol ciutadà de Manresa tingui al seu abast la possibilitat de realitzar activitat física i/o esport, independentment de la seva condició física, edat, sexe, capacitat i situació socioeconòmica. Però a més, amb el segell distintiu de **Ciutat Europea de l'Esport**, l'horitzó va més enllà de la dinamització local i els diferents esdeveniments i activitats serviran per posicionar Manresa a nivell territorial i turístic mitjançant la plataforma de l'esport.

---

Per aconseguir aquest objectius les activitats i esdeveniments esportius pivotaran en 4 eixos temàtics:

**Competim, participem, promovem i aprenem.**

## 1 → Competim

### Posicionament de Manresa, Ciutat Europea de l'Esport

En aquest primer eix s'han captat esdeveniments esportius amb projecció que faran de plataforma per difondre la marca **Manresa, Ciutat Europea de l'Esport 2024**. Així mateix s'han escollit esdeveniments esportius propis de la ciutat que ja tenen capacitat per tenir impacte nacional, estatal i/o internacional amb l'objectiu de potenciar-los. Dins d'aquest eix trobaríem els següents esdeveniments:

**1a Volta Ciclista Catalunya Femenina** — 7 de juny. Sortida i arribada de la 1a etapa de la primera edició de la Volta Ciclista Catalunya Femenina que salta a la categoria UCI 2.1, prova internacional per etapes.

**13a Festa del Futbol Català** — del 7 al 9 de juny. Competició que agrupa les semifinals i finals dels Campionats de Catalunya de futbol base i futbol femení i les finals de la Copa Catalunya de futbol sala base (Molts dels partits seran retransmesos per Esports3).

**Fase Final dels Campionats de Catalunya de Bàsquet 3x3** — 1 de maig. Fase Final amb els equips classificats de la fase prèvia de cada una de les territorials, des de la categoria premini (U10) fins a sènior. Els dos millors equips del Campionat de Catalunya es classificaran pel Campionat d'Espanya 3x3 U17 de Clubs.

- Trofeu Ciutat de Manresa de ball esportiu → 14 de gener.
- Campionat de Catalunya Màster de Natació → 20 i 21 de gener.
- Partit Covisa Manresa FS – Servigroup Peñíscola de 1a divisió de Futbol Sala → 30 de gener.
- Campionat de Catalunya Absolut en Natació Sincronitzada – Rutines, combinades i duets → 17 de febrer.
- Torneig de la Llum de Tir amb Arc → 18 de febrer.
- Cursa Escolar d'Aula Barcelona → 9 de març.
- Open de Billar a tres bandes Ciutat de Manresa "Memorial Jaume Arnau" → 9 de març.
- Obertura de la Lliga Catalana de Skate → 30 de març.
- Final Lliga Catalana d'Escacs Divisió d'Honor 2024 → 13 d'abril.
- Fase Regional del torneig Salid y disfrutad 6vs6 Cruyff Court → 4 o 11 de maig.
- Fase d'ascens a Lliga Femenina 2 de bàsquet → maig.
- Prova del circuit del Campionat de Catalunya d'Hoquei Patins 3x3 → 15 i 16 de juny.
- Torneig Bàsquet capacitats especials → juny.
- Campionat d'Espanya de Waterpolo Cadet → juliol.
- Campionat de Catalunya de clubs (arcs longbows, tradicionals i nu) → 30 de Juny.
- 3x3 de Festa Major → 31 d'Agost.
- Torneig Ciutat de Manresa de Futbol Sala → 31 d'agost.
- Torneig Futbol Interclubs Festa Major → 31 d'agost i 1 de setembre.
- Torneig Ciutat de Manresa de Fútbol del Gimnàstic → 1 de setembre.
- Torneig Cor de Catalunya de Futbol 7 Femení → 28 de desembre.
- Torneig Internacional de beisbol Josep Tragant.
- Torneig Walkingfootball de la Fundació Steve Archibald.

A més tots aquests esdeveniments esportius, cal sumar-hi els organitzats habitualment pel teixit associatiu de la ciutat al llarg de l'any en que col·labora l'Ajuntament de Manresa hi on haurà el logo de Manresa Ciutat Europea de l'Esport 2024.

El 16 de febrer, en el marc de la primera eliminatòria de la Copa del Rey, el BAXI Manresa lluirà el logo de Manresa Ciutat Europea de de l'Esport 2024.

---

## 2 → Participem

### Activitats esportives de promoció de salut i lleure

En aquest segon eix s'engloben aquells esdeveniments puntuals que promouen la pràctica de l'exercici físic, a més alguns d'aquest es reforçaran mitjançant la proposta de reptes saludables gamificats. Dins d'aquest eix trobaríem els següents esdeveniments:

- 40a Transequia → 3 de març.
- Cursa de la Dona → 10 de març.
- Marxa del Pelegrí → 14 d'abril.
- 1a edició de la mitja VIBA → maig/juny.
- RIDER 1000 → 27 d'abril i 18 de maig.
- Marxa Nòrdica per a Tothom → 15 de setembre.
- Cursa Urbana de Manresa 10K, 5K i Infantil → Octubre.
- Cros Escolar Inclusiu Ciutat de Manresa → 24 de novembre.
- Cursa per la Vida – Solidaria amb la Marató de TV3 → Desembre.
- Cursa Sant Silvestre Manresana → 26 de desembre.

---

## 3 → Promovem

### Campanyes i programes de promoció de l'exercici físic i estil de vida saludable per a diferents col·lectius

El desenvolupament de polítiques municipals esportives per a tothom van destinades a la promoció i consolidació de bons hàbits en activitat física per a totes les edats i condicions; és en aquest marc on des de l'Ajuntament hi estem treballant des de fa anys, i que precisament per aquest motiu ha estat un dels elements més valorats alhora de designar-nos Ciutat Europea de l'Esport. Volem reforçar enguany amb nous programes i campanyes alguns d'ells estem treballant amb altres regidories.

**Campanya "A Manresa, fem equip contra la LGTBI-fòbia"** → Les Regidories de Feminismes i LGTBI i d'Esports i Salut de l'Ajuntament de Manresa commemoraran el Dia internacional contra la LGTBI-fòbia en l'esport (19 de febrer ).

**Acte Central del Dia Mundial de l'Activitat Física 2024 (6 d'abril)** → L'objectiu del Dia Mundial de l'Activitat Física és sensibilitzar la població de la importància de ser actius, tenint present que la salut i la qualitat de vida estan íntimament relacionades amb la pràctica de l'activitat física. La jornada s'organitza conjuntament amb la Secretaria General de l'Esport i el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i enguany tindrà el lema "Mou-te i viu feliç".

**Setmana Europea de l'Esport (Setembre)** → Es promourà que tot el teixit associatiu de la ciutat organitzi activitats i participi d'aquest projecte #BeActive.

**Campanya de reptes saludables gamificats → al llarg de l'any** → Aquesta campanya d'adhesió a l'activitat física per mitjà de reptes saludables gamificats es realitzarà al llarg de tot l'any amb vinculació a esdeveniments puntuals (P. Ex. Amb la Cursa de la Dona) o per a col·lectius concrets com per exemple amb adolescents en una competició Inter-instituts.

**Programa SISME / GASOL Foundation → Setembre** → De la mà de GASOL Foundation es preveu desplegar el programa SISME, hàbits saludables a 6 escoles, amb l'objectiu de prevenir l'obesitat infantil. Aquest programa realitza un seguit d'activitats dirigides a promoure hàbits saludables relacionats amb: l'activitat física i l'esport, l'alimentació saludable, hores i qualitat del son i benestar emocional. A més el programa preveu la implicació de les famílies com a factor clau i fonamental per a la consecució d'aquest objectius.



**Trobada Esportiva Universitària (13 de març) i Superlliga Universitària** → El Campus Universitari de Manresa, integrat per l'Ajuntament de Manresa, UManresa-FUB i la UPC Manresa, amb la col·laboració de Fundació Joviat organitzen aquesta trobada amb l'objectiu de promoure un espai de trobada i de relació de les comunitats universitàries i d'estudis superiors de la comarca en un entorn de promoció d'un estil de vida activa i d'hàbits saludables i alhora promocionar Manresa com a ciutat universitària, en especial entre la comunitat francesa universitària present a la ciutat. A més, es preveu s'estableixi una lliga regular de lleure per al col·lectiu universitari i de graus superiors amb les modalitats de Futbol sala, Vòlei 4x4, Bàsquet 3x3 i Pàdel.

**Projecte Joventut Esportiva, Societat Activa** → **Març a desembre 2027** → Amb el suport de la Gerència d'Esports de la Diputació de Barcelona es desplegarà el projecte Joventut Esportiva, Societat Activa (JESA), que consisteix en la incorporació en els serveis d'atenció a les persones municipals de la figura d'educadors o educadores esportius que acompanyaran adolescents i joves, de 12 a 18 anys, en la definició i realització d'activitats de caire esportiu, lúdic, saludable i inclusiu tant en l'àmbit de l'espai públic (parcs, places, pissos poliesportives, ...) com en equipaments educatius (patis de les escoles i dels instituts) dels municipis. Aquesta és una acció adreçada especialment a joves i adolescents en risc d'exclusió, ja que la pràctica esportiva esdevé un element de protecció i prevenció.

**Trobades esportives amb socis de la xarxa Eurotowns** → **1 al 14 de Juliol** → La xarxa Eurotowns és una iniciativa que inclou prop de 20 ciutats de 8 països europeus que tenen una població d'entre 50.000 i 250.000 habitants. Hi participen municipis d'Alemanya, Itàlia, Països Baixos, Suècia, Bèlgica i Regne Unit, a més de les ciutats catalanes de Sabadell, Girona i Manresa.

L'Ajuntament de Manresa, amb la col·laboració del teixit associatiu de la ciutat, convocarà un torneig adreçat a esportistes de nascuts/des el anys 2013 i 2012 de les modalitats esports d'equip (Masculí i Femení) de Futbol 7, Futbol Sala, Bàsquet, Beisbol, Hoquei Patins, Rugbi i Vòlei (Mixt) i modalitats esports individuals (Masculí i Femení) d'Atletisme, Judo, Natació, Patinatge artístic, Gimnàstica artística i Gimnàstica Rítmica (Femení).

---

## 4 → Aprenem

### Seminaris i Congrès Esport i Salut Mental

En el marc del calendari d'activitats de celebració de Manresa Ciutat Europea de l'Esport 2024, les Regidories d'Esports i Salut de l'Ajuntament de Manresa ha programat un congrés internacional amb l'objectiu de generar coneixement i compartir experiències sobre l'Esport i la Salut Mental. Aquest congrés internacional previst a l'octubre dins del marc del Dia mundial de la Salut Mental i amb el títol "**Esport i Salut Mental: L'Esport, factor de protecció o factor de risc?**" vol descobrir projectes, experiències, bones pràctiques i altres models vinculats a l'esport i la salut mental en un àmbit nacional i europeu gràcies a la xarxa Eurotowns i ACES Europe.

A banda es preveu acollir formacions organitzades per les federacions catalanes de futbol i basquetbol atenent que les dues tenen delegació a la ciutat:

→ Clínic d'entrenadors de Futbol Sala → 8 i 9 de juny.

→ Dia de l'entrenador de la FCBO → 16 de juny.

---

#EuropeanCityofSport2024

