



Gruppo di cammino per persone di 65 anni o più residenti a Mirafiori sud

Camminata all'aria aperta su percorsi pedonali facili accompagnati da un istruttore per fare movimento, stare insieme e sentirsi meglio

I gruppo: lunedì 7 – 14 – 21 - 28 novembre, lunedì 5 – 12 – 19 dicembre, venerdì 23 dicembre dalle 9.30 alle 11.00

Il gruppo: venerdì 4 – 11 – 18 – 25 novembre, venerdì 2 – 9 – 16 - 23 dicembre dalle 9.30 alle 11.00

Luogo: Parco Colonnetti e Parco del Sangone - Torino. Punto di ritrovo: ore 9.30 di fronte al Mausoleo della Bela Rosin (strada Castello di Mirafiori 148/7). In caso di pioggia, il punto di ritrovo è presso la Casa nel Parco in via Panetti 1 angolo via Artom (all'ingresso del Parco Colonnetti).

Indossare scarpe comode e abbigliamento adatto a svolgere attività motoria. Non portare borse a mano. Per chi necessita di avere con sé i propri effetti personali, usare un marsupio o zainetto o borsa a tracolla. Non è necessario presentare il certificato medico di idoneità all'attività motoria non agonistica.

Contributo per la partecipazione: 5 euro a persona una volta a settimana per l'intero percorso, 10 euro a persona due volte a settimana per l'intero percorso.

Informazioni e iscrizioni: telefonare al 331 3899523 dal lunedì al venerdì dalle 10.00 alle 12.00 o recarsi direttamente al punto di ritrovo.