

CAMMINIAMO INSIEME
OTTOBRE 2021

Care Amiche, Cari Amici,

Facciamo insieme quattro passi di salute

Camminare fa bene al corpo e alla mente, aiuta a mantenere giovani, è un esercizio fisico che si può fare a tutte le età, libera dallo stress e distende la mente

Venerdì 1 ottobre

PARCO DELLA VENARIA

Ritrovo ore 9.50 al Ponte Verde.

La camminata si svolgerà all'interno del Parco – sviluppo totale a/r km 8 circa - Rientro ore 12 circa

Per chi fosse interessato possibilità di fermarsi a pranzo in Cascina – (gradita prenotazione)

Rientro ore 16 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 30 settembre a Rossana Cell. 347.4134.728

Venerdì 8 ottobre

PARCO del VALENTINO

Ritrovo ore 9.50 Ponte Balbis (lato Corso Massimo d'Azeglio)

Itinerario Ponte Balbis, Parco del Valentino-Vallere – sviluppo totale a/r km 8 circa – rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro giovedì 7 ottobre a Rossana Cell. 347.4134.728

Venerdì 15 ottobre

LUNGO IL FREIDANO

Ritrovo ore 9.50 Ponte Vittorio Emanuele III (Ponte vecchio) SAN MAURO – lato sponda orografica sx fiume Po – Sviluppo totale a/r km. 8 circa - Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 14 ottobre a Rossana Cell. 347.4134.728

Venerdì 22 ottobre

CASCINA PARPAGLIA

Ritrovo ore 9.50 davanti al podere "SAN RAFFAELE" dell'Ordine Mauriziano – Viale Torino - STUPINIGI

Itinerario: boschetto di Stupinigi – cascina Parpaglia – sviluppo totale a/r km. 8 circa

Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 21 ottobre a Rossana Cell. 347.4134.728

Venerdì 29 ottobre

PARCO COLLETTA

Ritrovo ore 9.50 Ponte Washington-lungo Dora Voghera

Itinerario: Ponte Washington-Parco Colletta - Ponte Amedeo VIII- Sviluppo totale Km. 8 circa –

Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro giovedì 28 a Rossana Cell. 347.4134.72

Ricordati di consultare il sito www.compagniademeiglioinsieme.com, non esitare a contattarci per qualsiasi informazione in merito

Quota di partecipazione 1 tagliando oppure € 3

PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA CdMI E' RICHIESTA LA TESSERA 2021 AL COSTO DI € 15 COMPRESIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.