

## **CAMMINIAMO INSIEME DICEMBRE 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 3 Dicembre**

#### **PARCO MARIO CARRARA LA PELLERINA**

Ritrovo ore 9.50 Corso Appio Claudio N 110 Viale Principale dei Tigli ( semaforo )

Itinerario : passeggiata nel parco con osservazioni sugli alberi **I Pini**

Sviluppo totale a/r km 5 circa . Rientro ore 12,00 circa.

Prenotazione e disdette entro le ore 19 del 2 Dicembre a Ferruccio Cell 348.919.4864

Nel caso di cattive condizioni meteorologiche programma ( B ) .Lezione di

Biologia Botanica tramite Piattaforma online ZOOM.

### **Venerdì 10 Dicembre**

#### **PARCO DEL VALENTINO**

Ritrovo ore 9.50 Ponte Umberto I C.so Vittorio-C.so Cairoli - Rientro ore 12 circa

Itinerario: Ponte Umberto I - Parco del Valentino - C.so Polonia – Passerella Fioccardo – sponda orografica dx fiume Po – Ponte Umberto I - Sviluppo totale a/r Km. 8 circa – Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette a Rossana entro le ore 19 di giovedì 9 Dicembre - Cell. 347.4134.728

### **Venerdì 17 Dicembre**

**VILLA E PARCO DELLA REGINA** Strada comunale Santa Margherita n 79 Torino.

Ritrovo ore 9.30 Piazza Gran Madre fermata del tram n 13. Passeggiata e raggiungimento villa ingresso ore 10.00. Programma visita alla Villa piani Nobili , passeggiata nel parco con osservazioni sugli alberi i **Tassi** e

**Sequoie e Ginko Biloba** visita alla vigna.

Sviluppo totale a/r km 6 circa . Rientro ore 12,00 circa.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 del 16 Dicembre a Ferruccio Cell. 348.919.4864

Nel caso di cattive condizioni meteorologiche programma ( B ) .Lezione di Biologia Botanica tramite Piattaforma online ZOOM.

Un buon paio di scarpe, un abbigliamento comodo e via con la camminata che è un ottimo toccasana per il corpo e la mente.

*Ricordati di consultare il sito [www.compagniadimeglioinsieme.com](http://www.compagniadimeglioinsieme.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.**

***A Voi ed alle Vostre famiglie giungano i nostri più sinceri AUGURI DI UN SERENO NATALE E FELICE ANNO NUOVO.***

**Rossana e Ferruccio**

