

**CAMMINIAMO INSIEME
GENNAIO 2022**

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.

VENERDI' 14 GENNAIO

LUNGO PO (Pini e Conifere)

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

Itinerario: dal Ponte Balbis al Giardino Roccioso (Particolari del Giardino Roccioso)

Sviluppo totale a/r km 6 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 del 13 Gennaio a Ferruccio Cell..348.919.4864

VENERDI' 21 GENNAIO

BOSCHETTO DI NICHELINO e PARCO COLONNETTI

Ritrovo ore 9.50 davanti al Mausoleo Bela Rosin - Strada Castello Mirafiori 148 – Rientro ore 12 circa

Itinerario: Boschetto di Stupinigi – Parco Colonnetti - Sviluppo totale a/r km. 8 circa

Prenotazioni e disdette a Rossana entro le ore 19 di giovedì 20 Gennaio - Cell. 347.4134.728

VENERDI' 28 GENNAIO

LUNGO PO – PARCO MICHELOTTI (Pini e Conifere)

Ritrovo ore 9,50 Ponte Vittorio Emanuele I lato Corso Casale (Gran Madre)

Itinerario: Parco Michelotti

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 27 Gennaio a Ferruccio Cell. 348.919.4864

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.compagniademeiglioinsieme.com

PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA CdMI E' RICHIESTA LA TESSERA 2022 AL COSTO DI € 30 COMPRENSIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.