

**CAMMINIAMO INSIEME
FEBBRAIO 2023**

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 3 FEBBRAIO

PARCO DELLA RIMEMBRANZA (i rododendri hanno già i boccioli...)

Ritrovo ore 9.50 Strada Comunale San Vito Revigliasco 460- ex CRF- fermata 2118 bus Gtt 70

Sviluppo totale a/r 7 km circa – Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 2 febbraio a Rossana Cell. 347.4134.728

VENERDI' 10 FEBBRAIO

GITA FUORI PORTA

CUNEO- Complesso Monumentale di San Francesco. I colori della fede a Venezia: Tiziano, Tintoretto, Veronese.

Ritrovo ore 9,15 Porta Nuova - binario per Cuneo - muniti di biglietto A/R TO-CN-TO

Per dettagli vedi scheda allegata

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 del 3 febbraio 2023 con comunicazione alla segretaria Ilda TOFFETTI : 3387540046 (reperibile tutti i giorni dalle 9 alle 19)

VENERDI 17 FEBBRAIO

PASSEGGIATA CULTURALE

:Il "cuore" del 2° ampliamento: piazza Carlina

Ritrovo ore 9,50 davanti al Palazzo d'Ormea

Sviluppo totale km 5 circa – Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 del 16 febbraio a Laura Cell. 348.851.6551

VENERDI' 24 FEBBRAIO

PARCO CARRARA (Pellerina)

Ritrovo ore 9.50 Corso Appio Claudio 110

Itinerario: Parco Carrara – sviluppo totale a/r km. 8 circa - Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 23 Febbraio a Rossana Cell. 347.4134.728

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 2023 AL COSTO DI € 30 COMPRENSIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.

