

**CAMMINIAMO INSIEME
OTTOBRE 2026**

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' 2 OTTOBRE

BORGO CAMPIDOGLIO

Ritrovo alle 9,50 nel largo davanti alla chiesa di sant'Alfonso, sita all'incrocio di via Cibrario con c.so Tassoni. Giro nel borgo per apprezzare i numerosi murali. Rientro al piazzale della chiesa previsto alle ore 12. I chilometri percorsi saranno 2 o 3, secondo il tempo che vorremo dedicare all'osservazione diversi capolavori che incontreremo.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 1 ottobre sulla chat o al n. 3392431388 di Renato.

VENERDI' 9 OTTOBRE

DA PONTE ISABELLA A PONTE VITTORIO EMANUELE I E RITORNO

Ritrovo alle 9.50 all'angolo di Ponte Isabella con c.so Moncalieri. Si costeggerà la riva destra del Po fino a Ponte Vittorio Emanuele I, rientrando, risalendo la riva sinistra, fino a Ponte Isabella alle ore 12, dopo aver percorso circa 6 km.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 8 ottobre sulla chat o al n. 3392431388 di Renato

VENERDI' 16 OTTOBRE

Ritrovo ore 9.50 : Ponte Sassi riva dx orografica (Lato Viale Michelotti).

Itinerario: Ponte Sassi-Parco Meisino-Nuova passerella ciclopedonale-Bocciofila. Rientro passando per la spiaggetta del Meisino sul Po. Sviluppo totale a/r km 8 circa – Rientro a Ponte Sassi per le ore 12,30 circa.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 15 ottobre sulla chat o a Renato cell.3392431388

VENERDI' 23 OTTOBRE

VISITA DEL PUNTO POTABILIZZAZIONE ACQUA SMAT

Ritrovo davanti al cancello dell'impianto di c.so Unità d'Italia 235/3 alle 9,45. E' una visita guidata dedicata al gruppo di CamminiamoInsieme. La visita dura 2 ore. Sono ammessi 25 visitatori. Le prenotazioni verranno anticipate e la modalità sarà spiegata nel dettaglio nella lettera del Presidente il sabato precedente la visita.

VENERDI' 30 OTTOBRE

PARCO CARRARA-PARCO CALABRIA

Ritrovo alle ore 9,50 in c.so Appio Claudio 110. Percorrendo il viale dei Tigli si oltrepassa la Dora Riparia, la Cascina Marchesa. Corso Regina Margherita si oltrepassa al semaforo e dopo un centinaio di metri ci si addentra nel parco di via Calabria che porta al Castello di Lucento e alle anse della Dora. Emersi in via Pianezza si torna nel verde prospiciente gli interni del numero 180 di via P.Cossa, si attraversa il giardino Pier Giorgio Frassati, oltrepassato c.so Regina sulla passerella ciclo-pedonale si rientra alla Pellerina e al punto di ritrovo verso le 12,30. Sviluppo totale 8 km circa. Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 29 ottobre sulla chat o a Renato cell.3392431388.

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

PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA CdMI E' RICHIESTA LA TESSERA 2026 AL COSTO DI € 30 COMPRENSIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.