

Salute, Movimento, Benessere
in Circoscrizione 2^a

Camminando insieme



GRUPPO DI CAMMINO

coordinato da
esperti e laureati in
Scienze Motorie

Benefici

- migliori la tua salute
- riduci colesterolo, glicemia e ipertensione
- rafforzi muscoli e articolazioni
- riduci stress e ansia
- controlli il peso

La partecipazione
è **GRATUITA**

 **Dove:** partenza Area San Martino, via Villa n. 25 (lato sede sala consiliare)

 **Quando:** martedì e giovedì, alle ore 9

 **Info:** chiedi in Circoscrizione 2^a o tel. 348 5534269 UISP