



# GRUPPI DI CAMMINO a PISCINA

Camminare insieme serve perché:

- Migliora il benessere fisico e mentale
- Previene il sovrappeso e problemi di salute
- E' un'attività naturale ed economica
- E' accessibile a tutti
- Non richiede particolari abilità
- Non presenta rischi per la salute
- Aiuta a fare nuove conoscenze

**USCITA PROGRAMMATA**  
**TUTTI I MERCOLEDÌ**

Ritrovo in piazza XXXI Maggio  
(angolo scuola Media)

Per informazioni contattare:  
Sig.ra Nadia 3394605421  
Sig. Franco 3493772921

**Si consiglia di indossare indumenti  
comodi e scarpe da ginnastica**

**La partecipazione ai GRUPPI DI CAMMINO è LIBERA e GRATUITA**