

GRUPPO DI CAMMINO

*Perchè camminare fa bene
e camminare insieme
è meglio!*



*Camminare insieme serve perché:
migliora il benessere
fisico e mentale.
Previene il sovrappeso
e i problemi di salute.
È un'attività naturale
ed economica,
accessibile a tutti,
non richiede particolari abilità,
né presenta rischi per la salute.
Aiuta a fare nuove conoscenze*

Le uscite si effettueranno settimanalmente

**il GIOVEDÌ dalle ore 16,30
alle ore 17,30
con inizio a NOVEMBRE**

**Per iscrizioni rivolgersi agli uffici del Comune di
Pomaretto telefono 0121 81241 Ufficio Segreteria**



Si consiglia di indossare indumenti comodi e scarpe da cammino

