

Con il patrocinio della



CITTÀ
DI GRUGLIASCO



VIENI A CAMMINARE CON NOI!

GRUPPO “A PASSO DI FITWALKING” GRUGLIASCO

dal **20/09/2021** al **27/07/2022**

ogni LUNEDI e MERCOLEDI

ore 18,30 – 19,30

Parco Porporati

(Ingresso Parco – lato campi sportivi)

Il Fitwalking è “ L'arte del camminare”, una forma di praticare il cammino che ne evidenzia tutte le potenzialità e ne esalta tutti i benefici.

Attività motoria sportiva **adatta a tutti**, per il divertimento, il fitness, il benessere, la salute, la socializzazione, il tutto nella splendida cornice del Parco Porporati.

Costo dell'attività: euro 30,00 comprensiva di: quota di partecipazione assicurazione, tesseramento e t-shirt tecnica del gruppo di Grugliasco. La domanda di iscrizione è scaricabile sul sito www.irideasd.it - **obbligatorio il certificato medico per attività sportiva non agonistica.**

L'attività è gestita da Istruttori abilitati Metodo Maurizio DAMILANO.

Patrizia FAVA - Daniela GIORGIS – Elena ROERO

LEZIONI DIMOSTRATIVE GRATUITE E PREISCRIZIONI :

Per chi lo desidera è possibile partecipare alle lezioni dimostrative gratuite al Parco Porporati:

Lunedì 6 Settembre 2021 (18,30 -19,30)

Mercoledì 8 Settembre 2021 (18,30 -19,30)

Le attività si svolgeranno nel rispetto della normativa contro il Covid 19

Per iscrizioni/informazioni contattare: elena.roero@fiscali.it

ASD IRIDE info@irideasd.it - sito www.irideasd.it