

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](http://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](mailto:elena.roero@fiscali.it)

*ASD IRIDE info@irideasd.it - sito [www.irideasd.it](http://www.irideasd.it)*