

Con il patrocinio della



Associazione Sportiva Dilettantistica

# VIENI A CAMMINARE CON NOI!

## GRUPPO “A PASSO DI FITWALKING” COLLEGNO

**dal 21/09/2022 al 05/07/2023**

**ogni LUNEDI e MERCOLEDI**

**ore 18,30 – 19,30**

### **Parco Generale Carlo Alberto Dalla Chiesa**

( Ingresso Parco – lato parcheggio Villa Rosa)  
viale Martiri XXX Aprile

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**, che coniuga divertimento, fitness, benessere, salute, socializzazione, nella splendida cornice del Parco Dalla Chiesa.

**Costo € 30,00** comprendente: assicurazione, tesseramento e t-shirt tecnica specifica del gruppo di Collegno.

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 – Monica ORTALE*

#### **LEZIONI DIMOSTRATIVE GRATUITE E PREISCRIZIONI :**

*Per chi lo desidera è possibile partecipare ad una lezione gratuita presentandosi su appuntamento il lunedì o il mercoledì alle ore 1815.*

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

Per iscrizioni/informazioni contattare [monica.ortale@gmail.com](mailto:monica.ortale@gmail.com)

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