

Con il patrocinio della



CITTÀ
DI GRUGLIASCO



VIENI A CAMMINARE CON NOI!

GRUPPO “A PASSO DI FITWALKING” GRUGLIASCO

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

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**, che coniuga divertimento, fitness, benessere, salute, socializzazione, nella splendida cornice del Parco Porporati

Costo € 30,00 comprendente: assicurazione, tesseramento e t-shirt tecnica specifica 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

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 giorgis.daniela59@gmail.com

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