



A.S.D. IRIDE

Con il Patrocinio di



Città di Avigliana

## AVIGLIANA CAMMINA

### Ogni martedì e giovedì 18.30-19.30

Da martedì 3 SETTEMBRE 2019 con ritrovo in p.zza Del Popolo riprenderà il corso gratuito di camminata veloce aperto a tutti i cittadini.

E' consigliato un abbigliamento sportivo.

L'attività, patrocinata dall'assessorato allo sport del comune di Avigliana, sarà seguita da istruttori ed insegnanti d'ed. fisica dell'asd Iride.



Il cammino veloce è la miglior arma a disposizione di tutti per vincere la battaglia alla sedentarietà e per avvicinare tutti alla pratica motoria-sportiva. I gruppi di cammino si ritroveranno due volte alla settimana, durante tutto l'anno. Centro storico, i mareschi, il lago ed altri ambienti naturali saranno la nostra palestra.



Per info: Leo 339.8822333, Fulvio 3386912116 [www.irideasd.com](http://www.irideasd.com), nordicwalking Rivoli su  
Verrà richiesto ad ogni partecipante un certificato medico di idoneità fisica non agonistico