

CAMMINIAMOINSIEME NOVEMBRE 2024

Care Amiche, cari Amici,

facciamo insieme quattro passi di salute

Camminare fa bene al corpo e alla mente, aiuta a mantenere giovani, è un esercizio fisico che si può fare a tutte le età, libera dallo stress e distende la mente.

VENERDI' 1 NOVEMBRE – Festività di TUTTI I SANTI – Vacanza.

VENERDI' 8 NOVEMBRE

VISITA CENTRO DELLA FONDAZIONE PAIDEIA

Ritrovo alle 9,50 in via Moncalvo 1, davanti all'ingresso della sede della Fondazione che dagli anni '90 offre accoglienza, sostegno e momenti felici ai bambini con disabilità e alle loro famiglie.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 7 novembre sulla chat o al cell. 339 243 1388.

VENERDI' 15 NOVEMBRE

DA PONTE VECCHIO FINO AL FREIDANO

Ritrovo ore 9.50 Ponte Vittorio Emanuele III (Ponte vecchio) SAN MAURO – lato sponda orografica sx fiume Po (Mezzo di trasporto GTT N. 61) – Rientro ore 12,30 circa Sviluppo totale a/r km. 8 circa

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 7 novembre sulla chat o al cell. 339 243 1388.

VENERDI' 22 NOVEMBRE

DA PIAZZA STATUTO AL PARCO DELLA TESORIERA

Ritrovo alle 9,50 in fondo a via Garibaldi,quasi piazza Statuto.

Itinerario: andando al parco e sulla via del ritorno avremo modo di soffermarci su particolari che spesso ci sfuggono di piazza Statuto, di corso Francia e dintorni e del parco della Tesoriera. Sviluppo totale a/r 6 km. Rientro ore 12 circa.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 14 novembre sulla chat o al cell. 339 243 1388.

VENERDI' 29 NOVEMBRE

PARCO COLLETTA

Ritrovo ore 9.50 Ponte Washington - Lungo Dora Voghera

Itinerario: passeggiata nel parco - Sviluppo totale Km. 8 circa – Rientro ore 12 circa

Prenotazioni e disdette entro le 19 di giovedì 21 novembre sulla chat o al cell. 339 243 1388.

Ricordati di consultare il sito www.compagnideimeglioinsieme.com, non esitare a contattarci per qualsiasi informazione in merito

PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA CdMI E' RICHIESTA LA TESSERA 2024 AL COSTO DI € 30 COMPRENSIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.