

## **CAMMINIAMO INSIEME APRILE 2025**

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' 4 APRILE**

#### **PASSEGGIATA DAL PARCO DELLA PELLERINA AL CASTELLO DI LUCENTO**

Ritrovo alle ore 9,50 in c.so Appio Claudio 110. Percorrendo il viale dei Tigli si oltrepassano la Dora Riparia, c.so Regina Margherita, parco Calabria e da via Pianezza si entra nel Castello di Lucento, dove alle 10,45 ci aspettano per una visita guidata: costo 5 €, di cui la fondazione AIEF ci rilascerà regolare ricevuta.

Sviluppo totale a/r km. 7 circa, rientro alle 12,30 al punto ritrovo.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 3 aprile sulla chat o al 3392431388 di Renato.

### **VENERDI' 11 APRILE**

#### **CASCINA/CASTELLO PARPAGLIA**

Ritrovo alle 9,50 nel piazzale in prossimità del capolinea del 41 davanti al Podere s. Giovanni Viale Torino – STUPINIGI. Da qui in macchina si raggiunge insieme l'area di parcheggio gratuita posta lungo la strada provinciale 143. Lasciate le macchine si entra nel bosco e attraverso i sentieri si raggiunge il castello diroccato.

Prenotazioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 11 aprile sulla chat o al 3392431388 di Renato.

**Venerdì 18 aprile Venerdì Santo e venerdì 25 aprile Festa della Liberazione non sono programmate camminate, che riprenderanno venerdì 9 maggio.**

*Ricordati di consultare il sito [www.compagniadimeglioinsieme.com](http://www.compagniadimeglioinsieme.com), non esitare a contattarci per qualsiasi informazione in merito*

**PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA CdMI E' RICHIESTA LA TESSERA 2025 AL COSTO DI € 30 COMPRENSIVA DI CARTA FITeL CON COPERTURA ASSICURATIVA.**