A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino

# Gruppo di Cammino Montanaro

Promozione della Salute

*Camminare regolarmente contribuisce fortemente a migliorare lo stile di vita!*

Il gruppo sarà accompagnato da walking leader formati dall'Asl TO4

Sarà richiesta la sottoscrizione di un consenso informato alla partecipazione

L'adesione all'attività è gratuita

## ORARI

**Tutti i Venerdì dalle 17 alle 18 circa**

## Primo appuntamento 21/5/21

## Ritrovo: Piazza Donatori di Sangue

**Info: Comune di Montanaro Settore Qualità della Vita**

qualitavita@comunemontanaro.it

**Iscrizioni: via WhatsApp (dopo ore 18)**

Claudia 344 237 6788

Francesca 328 943 7133

Non sono richieste particolari abilità né attrezzatura specifica.

Si consiglia di indossare scarpe idonee ed abbigliamento comodo (in caso di tempo incerto eventuale k-way)

Crema solare e berretto nei giorni di sole

Bottiglietta d'acqua

seguici su facebook **Gruppo Cammino Montanaro**