



CITTÀ DI TRECATE
Assessorato allo Sport



con il patrocinio
dell'ASL NO

GRUPPI DI CAMMINO

QUANTE PERSONE CAMMINANO DA SOLE?
PERCHÉ NON FARLO IN COMPAGNIA...



Si tratta di un'attività fisica moderata, per 1/2 giorni a settimana,
della durata media di circa un'ora, per il periodo da marzo a novembre 2013

garantita dalla presenza di una figura esperta,
il leader capogruppo (walking leader).

Non richiede preparazione o attrezzature particolari.

La partecipazione prevede il versamento di una quota
compartecipativa di € 5 per la copertura assicurativa, da versare
all'Ufficio Sport alla consegna della domanda di iscrizione.

Iscrizioni valide per il 2013: dal 18 al 28 febbraio

un modo divertente per prendersi cura della propria salute...