

CENTRO SOCIO CULTURALE "SALICE GUALDONI"

Via Petrarca 12 – Pesaro – tel. 392158



ANCeSCAO

Associazione Nazionale Centri Sociali

in collaborazione con



Non restiamocene... SEDUTI!!!!



"Sappiamo tutti che l'attività motoria e soprattutto il camminare porta dei grossi benefici: sviluppa il pensiero, migliora il tono muscolare, fa bene al cuore e ai polmoni, massaggia i nostri piedi, ci aiuta a digerire."

.....**PER QUESTO IMPORTANTE MOTIVO.....**

...la Polisportiva 1000 Piedi di Pesaro con la collaborazione del Centro Socio Culturale Salice Gualdoni

organizza e propone camminate di gruppo

da Novembre 2014 ad Agosto 2015

La camminata partirà dalla sede del Centro socio-culturale in via Petrarca 12 alle ore 9,15 del mattino e alle ore 15,30 del pomeriggio

La giornata tipo prevede:

**dalle ore 9.15 -momento di tonificazione e stretching
dalle ore 9,30 camminata nel parco e vie del quartiere
ritorno 10.15 con momento di stretching e allungamento finale
saluti ore 10.30**

Il costo dell'attività proposta è di 10 euro che comprende 10 camminate, anche non consecutive.

E' necessaria la tessera del centro socio-culturale o della Polisportiva 1000 piedi

L'iniziativa sarà programmata con un minimo di almeno 10 adesioni.

Gli orari ed i giorni potranno essere modificati su proposta dei partecipanti.