



Città di Grugliasco



Camminare bene per stare bene !

A partire da Lunedì 7 settembre 2020 ogni **Lunedì** e **Mercoledì** dalle ore 18:30 alle ore 19:30 e **mercoledì** dalle ore 09:30 alle ore 10:30

Il gruppo di Fitwalking si trova al **Parco Porporati** a Grugliasco - **Authorized fitwalking Center** - Area Campi da Tennis/Bar

E' consigliato un abbigliamento sportivo.

L'attività, patrocinata dall'assessorato allo sport del comune di Grugliasco, è seguita da istruttori dell'A.S.D. Iride, avente la qualifica di istruttore di *Fitwalking certificato metodo Damilano*.

Camminare è la miglior arma, a disposizione di tutti, per vincere la battaglia alla sedentarietà e per avvicinare tutti alla pratica motoria-sportiva.

Il gruppo di cammino si ritroverà durante tutto l'anno.

Il Parco Porporati è la nostra palestra !!

Verrà richiesto ad ogni partecipante una quota di **10 € annui** per iscrizione all'associazione e comprensiva dell'assicurazione. E' n

