

Parco della Resistenza  
(Via Arginetto, Soliera)

# I Giovedì del Benessere!

## NORDIC WALKING

camminata con bastoni, un modo facile, aerobico ed efficace per migliorare la propria condizione fisica, indipendentemente dall'età, dal sesso o dalla condizione fisica.

2, 9,  
16, 23 e 30  
luglio 2015!

Ore  
19.30 / 20.30

**GRATUITO!**  
(massimo 20 partecipanti)  
Prenotazione consigliata  
al 331 1127140

