

SALUTE COMUNE

Salute e prevenzione nei parchi

CESENA



4 GIUGNO - 31 LUGLIO 2026

EX FORNACE MARZOCCHI

Ritrovo al Parco calistenics

Martedì e Venerdì

18.15- 19.15 (solo martedì)
Ginnastica Dolce

18.00 - 19.00 (solo il martedì)
Camminata con
deambulatore

18.15 - 19.15 (solo venerdì)
Ginnastica per Parkinson

19.00 - 20.00 (solo il martedì)
Stretch

19.15 - 20.15
Ginnastica Funzionale

CESUOLA

Via Don Luigi Sturzo, 162

Lunedì e giovedì

18:00 - 19.00 (solo lunedì)
Ginnastica Dolce

19:30 - 20.30
Ginnastica Posturale

Martedì e giovedì

18.00 - 19.00 (solo il martedì)
Camminata con deambulatore

18.15 - 19.15 (solo Giovedì)
Ginnastica per Parkinson

19.15 - 20.15
Ginnastica Funzionale

PARCO PACIFICO

Via Aldo Palazzeschi

Giovedì

18.00- 19.00
Ginnastica Dolce

COSA PORTARE

- SCARPE COMODE
- TAPPETINO DA GINNASTICA
- CAPPELLINO
- BOTTIGLIETTA D'ACQUA

LA SALUTE E IL BENESSERE FISICO NON VANNO IN VACANZA!

Un progetto che porta l'attività motoria direttamente nei parchi della città, per promuovere uno stile di vita attivo e favorire il benessere psicofisico della comunità.

Le attività saranno a **pagamento (15 euro tutte incluse)** e adatte a tutti i livelli, seguite da *istruttori qualificati*, in un **ambiente aperto, sicuro e controllato**.

L'obiettivo è rendere il **movimento accessibile a tutti, favorendo socialità, prevenzione e salute**.

HUB SANITARIO

All'interno del progetto è attivo un Hub sanitario dedicato alla tutela della salute, dove potrai effettuare controlli gratuiti e valutare le tue capacità fisiche.

Nello specifico, potrai usufruire di:

- Monitoraggio dei parametri
- Card Personale per registrare i tuoi dati

CONTATTI

PER ISCRIVERSI:

Segreteria UISP: 342 0600041

Segreteria AFA: 345 0626550

Email:

cesena.forlicesena@uisp.it

ginnastiche.forlicesena@uisp.it

SCANSIONA IL
QR CODE
E COMPILA IL
NOSTRO FORM
PER ISCRIVERTI
ALL'ATTIVITA' NEI
PARCHI

