



Comune di Fidenza



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



REGIONE EMILIA ROMAGNA - PROVINCIA DI PARMA  
**UFFICIO DI PIANO**  
DISTRETTO DI FIDENZA  
Piazza G. Garibaldi 25, 43038 Fidenza (PR) - Tel. 0524/517403; 517276  
ufficiodipiano@comune.fidenza.pr.it



# RECONNECT

**domenica  
5 settembre**

**FITWALK**  
*Cammina che ti passa*



**una mattinata per disconnettersi dallo stress / riconnettersi con il benessere!**



## PROGRAMMA

**ore 8.45:** ritrovo;

**ore 9.00:** partenza Gruppo di Cammino (con 10 minuti di riscaldamento);

**dalle ore 9.15-11.15** (circa): Camminata di circa 8 km (si segue il codice della strada);

**dalle ore 11.20-12.20** (circa): Ginnastica finalizzata alla salute con metodo **YOGA**, con rilassamento finale.

**Ritrovo:** parcheggio Ospedale Vaio.

**Partecipazione gratuita con prenotazione obbligatoria**, inviando una email a [infocorsi@uispparma.it](mailto:infocorsi@uispparma.it), specificando **NOME / COGNOME / DATA DI NASCITA** entro venerdì 3 settembre ore 12.00.

**Posti disponibili:** max 60 posti per la Camminata / max 30 per lo Yoga. **Obbligo di materassino personale.** Saranno rispettate le disposizioni correnti in materia di contenimento della pandemia Covid-19.

**Per prenotazioni, informazioni e dettagli:** [infocorsi@uispparma.it](mailto:infocorsi@uispparma.it), tel. 0521-707411; [www.uisp.it/parma](http://www.uisp.it/parma).



**UISP - Unione Italiana Sport Per Tutti**  
Via Testi, 2 - 43122 Parma  
Tel: 0521-707411 - Fax: 0521-707420

**orari di apertura al pubblico**  
lunedì e mercoledì: 9-13 / 16-19; martedì: 9-16;  
giovedì e venerdì: 9-13