

in collaborazione con



INCAMMINO



CAMMINATE DELLA SALUTE A CORREGGIO

INCAMMINO

è un **gruppo di persone** che si ritrovano insieme per svolgere attività finalizzate alla promozione di uno stile di vita più attivo e più sano e per favorire la socializzazione.

INCAMMINO

è una **attività economica**, praticabile da tutti a qualsiasi età e che non richiede specifico equipaggiamento o particolari abilità. Ogni partecipante può liberamente calibrare l'impegno fisico in base alle proprie attitudini e possibilità.

INCAMMINO fa bene perché:

migliora lo stato di salute fisica e mentale
previene il sovrappeso, i problemi cardiocircolatori, respiratori, muscolari, articolari e metabolici
facilita nuove amicizie

**La partecipazione
è volontaria, libera
e gratuita.**

**L'iniziativa è condotta
da volontari esperti
dell'ASSOCIAZIONE
PODISTICA CORREGGIO**

OGNI Mercoledì
ora 18,00 con ritrovo al parcheggio
della pista di atletica
(via Fazzano)