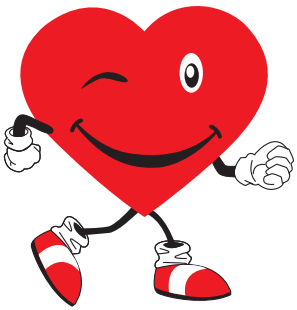
WET LIFE
BY SOGISPORT SSD SRL
SPORT & BENESSERE - NIBIONNO

Giretto.it
ASSOCIAZIONE PROMOZIONE SOCIALE

NORDIC WALKING GIRETTO
GRUPPO DI CAMMINO

Pillole di Salute
Prove gratuite di movimento
PLUS

L'A.P.S. GIRETTO, con la partecipazione del G.d.C. NORDIC WALKING GIRETTO e in collaborazione con WET LIFE, organizza



Domenica 30 Novembre 2014

CAMMINATA PER LA SALUTE

Una camminata non competitiva alla riscoperta del territorio locale, per avvicinare i bambini e le famiglie all'importanza di una sana attività fisica.
I benefici della camminata sul cuore sono innumerevoli: la pressione sanguigna si abbassa, il colesterolo si riduce, così come i rischi di infarto e i problemi cardiaci, conseguenze della sedentarietà.
L'apparato cardiovascolare e quello cardiocircolatorio vi ringrazieranno!

Iscrizioni

Entro Sabato 29 Novembre ore 18.00 sul sito **www.nordic.giretto.it**
Domenica 30 Novembre prima della partenza
Solo ai primi 100 pre-iscritti online **1kg di mele in regalo**

Ritrovo

Dalle ore 9.00 presso il Centro Benessere Wet Life in via Gaggio, 1 a Nibionno (LC)
Tel 031/69.05.01 - In caso di pioggia la manifestazione verrà annullata

Partenza

Ore 10.00 in gruppo ad andatura turistica (a **piedi**, di **corsa** e in **nordic walking**)

Percorso

Ondulato lungo i sentieri del Parco della Valle del Lambro
Relax di 5 Km - **Panorama di 9.5 Km** (percorsi segnalati e visibili sul sito)
Lungo i percorsi i partecipanti dovranno rispettare il codice della strada

Contributo organizzativo

3,00 euro da versare solo prima della partenza e devolute a
Cancro Primo Aiuto Onlus di Monza per l'acquisto di parrucche destinate alle pazienti malate di cancro dell'Ospedale "Alessandro Manzoni" di Lecco

Ristoro e Premi

Lungo il percorso Panorama e al termine della manifestazione verrà offerto un goloso ristoro ai partecipanti!
Al termine della manifestazione numerosi premi a sorteggio tra tutti gli iscritti

Per informazioni

A.P.S. Giretto: www.nordic.giretto.it - nordic@giretto.it - Tel. 366 7291389
WET LIFE Nibionno Via Gaggio,1 (LC) - info@wetlife.net - Tel. 031 690501

MAIN SPONSOR

WET LIFE
BY SOGISPORT SSD SRL
SPORT & BENESSERE - NIBIONNO
http://www.wetlife.net - e-mail: info@wetlife.net

Pirola F. & Figli S.p.A.
Desio - Monza

Laboratorio artigianale senza glutine
La Pastizzeria
AIC Associazione Italiana Celiachia
Giorni di chiusura: Lunedì e Martedì
Via Vittorio Veneto, 93
22888 Perego (Lecco) - Tel 039 570325
Email: lapastizzeria@libero.it

df SPORT SPECIALIST
Sport per passione

cab polidiagnostico
Glab Analisi Cliniche
Cab polidiagnostico srl
www.glabanalisi.it www.analisibarzano.it

Imballaggio
Antinfortunistica
Pulizia
Abbigliamento da lavoro
Articoli Promozionali
Stampati Commerciali
MEN AT WORK
VERGA s.r.l.
Via Caio Plinio II, 430 – 22030 – Lipomo (CO) Tel. 031.921877- Fax 031.5560097 – www.vergapromozionali.it –info@vergapromozionali.it

CHALET ROCK PUB
Via Sant' Ambrogio c/o Parco di Brenno
23845 Costa Masnaga (LC)
chalet.rockpub@gmail.com T.345 021 6732

NORDIC WALKING GIRETTO - Gruppo di Cammino

Vuoi provare a camminare con la tecnica del Nordic Walking?
Ti offriamo l'opportunità di scoprire con noi la "camminata con i bastoncini" che favorisce un maggior coinvolgimento muscolare e osteoarticolare

info: www.nordic.giretto.it

ONLUS CANCRO PRIMO AIUTO
www.cpaonlus.org

Cancro Primo Aiuto destinerà il ricavato della manifestazione all'acquisto di parrucche destinate alle pazienti malate di cancro dell'Ospedale "Alessandro Manzoni" di Lecco. L'iniziativa è finalizzata a risolvere uno degli aspetti più invasivi e psicologicamente destabilizzanti delle cure chemioterapiche: la perdita progressiva, parziale o totale dei capelli, uno degli effetti collaterali tra i più dolorosi per una donna.

L'organizzazione declina ogni responsabilità' per danni a cose e/o persone prima, durante e dopo la manifestazione.
Il ritrovamento di questo volantino al di fuori dei luoghi prestabiliti e' da considerarsi del tutto casuale.