



Club Alpino Italiano

Sottosezione di Vimodrone



Una disciplina sportiva per tutte le stagioni. Migliora la postura, la coordinazione, il metabolismo, aiuta a combattere stress e depressione e a ridurre colesterolo e trigliceridi semplicemente camminando in modo coordinato lungo il Naviglio, nei parchi o in campagna.

Vi proponiamo un corso di tre sedute di **sabato 14, 21, 28 aprile** nel parco di via S. Quasimodo dalle ore 14:00 alle 16:30.

Un istruttore qualificato vi fornirà l'attrezzatura, a voi presentarvi in tuta e scarpe da ginnastica.

Costo del corso per i tre sabati compresa l'attrezzatura € 70,00 per partecipante.