

## Gruppo di cammino a **Vigonza**



**Camminare mantiene in salute** cuore, polmoni, muscoli e articolazioni, previene tantissime malattie, fa dormire meglio e dà più energia.

**Camminare è un piacere** e fa bene alla mente.

**Camminare è un'attività naturale**, sana, che consente un contatto diretto con l'ambiente che ci circonda.

**E' un'attività praticabile da tutti**, in qualunque stagione, a qualunque età, non richiede costose attrezzature, non inquina e non fa rumore.

**Camminare fa bene**

**Insieme fa meglio**

**Partecipazione libera e gratuita**

**TUTTI I LUNEDÌ E MERCOLEDÌ**

**dalle ore 9.00 alle ore 10.00**

**RITROVO PRESSO LA**

**BARCHESSA DEL CASTELLO DEI DA PERAGA**

**VIA ARRIGONI 1 – PERAGA DI VIGONZA**

**In forma a costo ZERO**