

PRO - MUOVIAMOCI IN SALUTE

Gruppi di Cammino ASL Cagliari

COSA
SONO?

I Gruppi di Cammino sono un'attività motoria spontanea, collettiva, in cui un insieme di persone si ritrova, due o tre volte alla settimana, per camminare assieme lungo un percorso predefinito.

A CHI SI
RIVOLGONO?

A TUTTI!! Giovani, anziani, persone in sovrappeso o affette da patologie croniche e chiunque abbia voglia di camminare.

PERCHÉ?

Per socializzare, migliorare la qualità della vita, stare meglio, vivere più a lungo.

COSA
SERVE?

Volontà e scarpe comode!

PER INFORMAZIONI
RIVOLGITI
AL TUO COMUNE
oppure
SCRIVICI
ALL'INDIRIZZO MAIL
gruppodicammino@aslcagliari.it

