

Comune di San Carlo Canavese

Gruppo di Cammino

I gruppi di cammino sono gruppi spontanei che attraverso la camminata promuovono benessere e socialità. Un'attività fisica regolare, soprattutto se praticata insieme ad altri, contribuisce a ridurre stress ed ansia e inoltre agevola la socializzazione.

Ci troviamo settimanalmente in Piazza Giuseppe Cantù nei seguenti giorni:

Lunedì ore 9.30 (inizio dal 28 settembre)

Camminata lenta della durata di un'ora, percorso breve e agevole, adatta a coloro che desiderano unirsi al gruppo per camminare in compagnia.

Per informazioni: **Marinella** 347 0868846

Martedì e Giovedì ore 9.00

Camminata nella natura alla scoperta del nostro territorio, con percorsi più coinvolgenti ma sempre adatti a tutti coloro che hanno un minimo di abitudine alle camminate.

Per informazioni: **Sergio** 320 7499977

