

MARTEDÌ  
1. MAGGIO 2012

# LAVOCE

## In forma Nordic Walking e camminate salutari



**Camminata nordica** immersi nella natura

**CASTEL SAN PIETRO** Ricominciano domani a Castel San Pietro Terme le camminate salutari promosse dall'Assessorato comunale alla Sanità e alle Politiche Sociali. "Muoversi fa bene alla salute e all'umore - sottolinea l'assessore alla Sanità e alle Politiche Sociali Cristina Baldazzi - . I medici stessi ci invitano a fare attività fisica per contrastare una serie di malanni non solo fisici. Prosegue quindi l'impegno dell'Amministrazione Comunale sul tema della prevenzione, riproponendo questi percorsi pedonali attrezzati, che avevano preso il via lo scorso anno nell'ambito dei Piani della Salute, in collaborazione con Ausl di Imola, associazione sportiva Csi, Auser e L'Altro Sport". Il primo appuntamento è con "Castello cammina... con l'Auser" al via mercoledì 2 alle 9 con ritrovo all'entrata del Giardino degli Angeli (via Remo Tosi). Le passeggiate si terranno il mercoledì e venerdì mattina dalle 9 alle 10,30, dal 2 maggio al 29 giugno. Per partecipare è richiesto solo un contributo di 3 euro in tutto, più 5 euro di tessera dell'Auser per l'assicurazione, nel caso non si sia già soci. Info: 051.6951204 dalle 9 alle 11 (ambulatorio Auser in via Mazzini 41) oppure 339.7465928. Per chi preferisce l'orario serale, parte anche "Camminare fa bene - passeggiate serali a Castel San Pietro Terme" a cura dell'associazione "L'Altro Sport", mercoledì e venerdì dalle 20 alle 21,30 nei mesi di maggio, giugno, luglio. Eventualmente è possibile partecipare anche a passeggiate con bastoncini da Nordic Walking (25 euro quota mensile adulti, gratis quota di iscrizione maggio e giugno, gratis bambini). Info: 051.0496624.