

# Lessona salute in... movimento

una settimana di attività fisica e sport per guadagnare salute



Dipartimento di Prevenzione

## NELLA SCUOLA

**27 settembre**

**“CORRETTI STILI DI VITA”**

ore 10 presso la scuola secondaria di primo grado  
incontro formativo con Giuseppe Graziola  
Responsabile Medicina dello Sport ASL Biella.

**29 settembre**

**“BABY CUP”**

ore 9 presso il Palazzetto dello Sport  
gioco ciclismo con la scuola primaria classi 4 e 5  
e la scuola secondaria di primo grado dell'Istituto  
Comprensivo “Elli VIANO da Lessona”.

**30 settembre**

**“OGGIARRIVO**

**A SCUOLA A PIEDI”**

per tutte le classi partenza dalla Piazza Sella  
secondo l'orario di ingresso alle lezioni  
accompagnati da volontari e insegnanti.

## NELLA VITA

**26 settembre**

**“GUADAGNARE SALUTE  
NELL'ETA' ADULTA”**

ore 21 presso Circolo Lessona  
incontro formativo con Maurizio Bacchi  
RePES ASL Biella e Giuseppe Graziola.

**4 ottobre**

**“SALUTE IN CAMMINO”**

ore 10 al Parco delle Cicogne percorso guidato  
e presentazione Scuola di Cammino.

**8 ottobre**

**“SALUTE SENZA BARRIERE”**

ore 14,30 camminata lungo il percorso  
per ipovedenti nella Borgata Crosa.

A seguire

**“L'importanza dello sport nonostante i limiti”**

con Luca Sala, Direttore Dipartimento  
Prevenzione ASL Biella,  
Paola Magliola, Delegata Naz.le CIP,  
Francesco De Cortes, Istruttore  
Orientamento e Mobilità.

## NELLA VITA E NELLO SPORT

**2 ottobre**

**“LA PREVOSTURA”**

ore 10 - gran fondo MTB  
e pedalata ecologica con partenza  
dal Palazzetto dello Sport.

**9 ottobre**

**“LA LEPRE E  
LA TARTARUGA”**

dalle ore 9  
camminate ludico ricreative  
a passo libero  
di 5 - 10 - 20 km. sulle colline  
di Lessona con partenza  
dal Palazzetto dello Sport.

