



Città di
Lanzo Torinese



A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea



Gruppo di cammino di Lanzo Torinese

La sedentarietà, sempre più diffusa nei nostri nuovi stili di vita,
è uno degli elementi che maggiormente
influenzano in senso negativo la nostra salute.

Al contrario, l'esercizio fisico, praticato regolarmente
insieme ad una sana alimentazione,
rappresenta uno dei maggiori fattori protettivi.

**Ritroviamoci per camminare insieme
ogni venerdì dalle ore 14,30 alle ore 16,00
dal 1 dicembre**

in piazza gen. O. Rolle a Lanzo

Anche in caso di maltempo, il 1 dicembre si terrà ugualmente
l'incontro per informazioni e notizie tecniche.

Il gruppo sarà accompagnato da conduttori (*Walking Leader*)
formati dall'ASL TO4.

La partecipazione è gratuita, vi aspettiamo!

Sarà richiesta la sottoscrizione di un consenso informato alla partecipazione.

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi in biblioteca civica tel. 0123 29331.