



ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE

**AVIS** Comunale  
Lodivecchio



COMUNE DI LODI VECCHIO  
Assessorato allo Sport

L'ASSESSORATO ALLO SPORT DEL COMUNE DI LODI VECCHIO  
IN COLLABORAZIONE CON L'AVIS,  
SEZIONE DI LODI VECCHIO  
ORGANIZZA

Il fitwalking è "l'arte del camminare".  
E' una forma di praticare il cammino che  
ne evidenzia tutte le potenzialità e va  
oltre il semplice camminare.  
Il termine inglese significa letteralmente  
"camminare per la forma fisica",  
**aggiungiamo  
divertimento e salute .**

**FIT WALKING**

# IN FORMA CAMMINANDO

Percorsi di gruppo in campagna per mantenersi in forma

**RITROVO AL PARCO "BAMBINI DI BESLAN" (VIA STRABONE)  
TUTTI I MARTEDI' E GIOVEDI'  
partenza alle ore 9.30, si cammina fino alle ore 10.30.**

Prima camminata **MARTEDI 13 settembre 2011**

L'iniziativa è aperta a tutti i cittadini, ed è consigliabile indossare  
abbigliamento adeguato, scarpe comode e portare con se una bottiglietta di acqua

**LE ISCRIZIONI SI EFFETTUERANNO PRESSO LA SEDE AVIS IN VIA IV NOVEMBRE  
INGRESSO VIA M. CABRINI**

Lunedì 22 Agosto dalle ore 9.00 alle 10.30

Lunedì 29 Agosto dalle ore 9.00 alle 10.30

Lunedì 5 Settembre dalle ore 9.00 alle 10.30

Sabato 20 Agosto dalle ore 15.00 alle 16.00

Sabato 27 Agosto dalle ore 15.00 alle 16.00

Sabato 3 Settembre dalle ore 15.00 alle 16.00

Per informazioni contattare i seguenti numeri: Avis 0371/460426 Luca  
335/1290811 Daniele 320/7952213