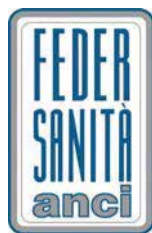


Con il patrocinio di:



Un progetto del



Consorzio Bacino Imbrifero Montano del Basso Piave Provincia di Venezia

PROGETTO SALUTE

Scopriamo il Piave e viviamolo in modo salutare

Passeggiate gratuite lungo il fiume Piave finalizzate al miglioramento generale dello stato di salute dei partecipanti, le uscite saranno accompagnate da un personal trainer professionista che seguirà i partecipanti per massimizzare i benefici delle attività lungo le rive del fiume Piave.

Perché il progetto salute:

- ridurre il rischio di malattie cardiovascolari
- ridurre il rischio di alcune tipologie di tumore
- ridurre il rischio di diabete di tipo 2
- prevenire e rallentare l'osteoporosi
- prevenire o contrastare il decadimento cognitivo



La partecipazione, previo iscrizione, è gratuita e aperta a tutte le persone di età compresa tra i 18 e i 75 anni che non siano affetti da patologie riscontrabili con una visita medica generale. Non è richiesta nessuna particolare preparazione atletica.

Sono previste 10 uscite di gruppo con un numero massimo di 20 persone su 3 itinerari con 5 percorsi di difficoltà e lunghezza sempre maggiore.



Le date programmate sono le seguenti:

5 / 12 / 18 aprile 2014

3 / 17 / 31 / maggio 2014

7 / 14 / 21 / 28 giugno 2014

Il ritrovo, la partenza e l'arrivo delle uscite è fissato presso il ponte della Vittoria a San Donà di Piave alle ore 14,15 nelle date di ogni singola uscita.

Abbigliamento di supporto:
scarpe idonee, abbigliamento comodo e traspirante, copricapo nelle giornate di sole.

Recapiti per iscrizioni ed informazioni: Roberto Spera - Tel. 3271226990 - Email: spera.roberto@libero.it