



Comune di Villa Cortese



Gruppi di cammino di Villa Cortese

...io cammino con
STILE



AVIS
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI DEL SANGUE
LEGNANO
sezione "Cristina Rossi"



➤ Il Comune di Villa Cortese con ATS Milano Città Metropolitana di Milano e la collaborazione di AviSport organizzano una conferenza dal titolo:

"LA SALUTE IN CAMMINO"

- LA SALUTE E I SUOI DETERMINANTI
- BENEFICI DELL'ATTIVITA' MOTORIA
- PROGETTI ATS MILANO CITTA' METROPOLITANA
- GRUPPI DI CAMMINO E PIEDIBUS
- CAMMINARE PER UNO STILE DI VITA SANO
- NORDIC WALKING E LA CAMMINATA SPORTIVA

**22 Marzo ore
21.00
Sala Consigliare
Villa Cortese**

➤ Relatrici

Laura Colombo Istrut. federale
Nordic Walking certificata SINW
Istrut. di camminata sportiva
certificata SICS Guida
Escursionistica certificata AIGAE

Maria Pullano
Assistente Sanitaria
U.O.S.MILANO OVEST
PROMOZIONE SALUTE
ATS MILANO
CITTA' METROPOLITANA

Zugno Emanuela
Istruttrice Federale Scuola
Italiana Nordic Walking SINW
Istruttrice Nazionale di
Camminata Sportiva SICS
Fisioterapista

➤ Incontro aperto a tutta la cittadinanza, ingresso libero

Sistema Socio Sanitario



**Regione
Lombardia**

**ATS Milano
Città Metropolitana**

