

VareseNews

Inaugurata la Palestra a Cielo Aperto, al Parco Alto Milanese ginnastica inclusiva per tutti

Pubblicato: Lunedì 19 Giugno 2023



È stata **inaugurata nel fine settimana la palestra a cielo aperto** presso la Stanza nel bosco del Parco Alto Milanese. Da domani, martedì 20 giugno, saprà possibile partecipare all'ormai tradizionale ginnastica inclusiva aperta a tutti, e gratuita grazie al contributo del Consorzio Parco Alto milanese

Questi gli orari: martedì e giovedì ore 9-10 e ore 17,30-18,30; mercoledì e venerdì ore 10,30-11,30

«La palestra a cielo aperto, organizzata da Stare Bene Insieme Aps e Csk è un appuntamento fisso per una ginnastica, gratuita, inclusiva rivolta a tutti – spiegano i promotori – in un periodo quello estivo che spesso è il più complicato per tante persone che qui hanno modo ritrovarsi e fare ginnastica dolce all'aria aperta. Questo è il vero valore aggiunto di un attività che che viene fatta al Parco da oltre 20 anni».



una PALESTRA a Cielo Aperto

UN'ESTATE DI GINNASTICA IN COMPAGNIA



PARCO ALTOMILANESE

dal 20 GIUGNO al 22 SETTEMBRE 2023

❁ dal MARTEDI' al VENERDI' tutte le mattine
e ogni MARTEDI' e GIOVEDI' pomeriggio

- ❁ Per stare bene in forma e in compagnia con istruttori laureati e qualificati
- ❁ ATTIVITA' LIBERA E GRATUITA necessaria l'iscrizione
- ❁ INAUGURAZIONE:
(con presentazione del libro/esperienza "A cielo aperto")
Sabato 17 Giugno ore 10:30 zona Baitina
Ingresso di Castellanza via Azimonti
- ❁ DURANTE L'ESTATE:
- incontri di yoga nella natura
- una camminata per i sentieri del parco
- una presentazione dell'arte del Tai Chi

📞 > ISCRIZIONE e INFO:

CSK > 3662762701 - PAOLO
info@cskbustoa.it
S.B.I. > 3483010271 - STEFANO
apsstarebeneinsieme@gmail.com



ORGANIZZATO DA:



Valeria Arini
valeria.arini@legnanonews.com

