

# Gruppo SALUTE è BENESSERE

## INDICAZIONI

Una passeggiata ogni quarto sabato del mese.  
Lo sport come attività fisica volta a mantenere in efficienza il corpo... ma anche come momento di partecipazione e socializzazione.

## AVVERTENZE

La partecipazione è libera e gratuita.  
Si consiglia vivamente di superare le dosi consigliate!

## SABATO 25 OTTOBRE 2014

### Careggi e dintorni: non solo un ospedale

Partenza: ore 9.30 da Largo Brambilla /viale Morgagni

*Itinerario collinare di km 7 circa (difficoltà medio bassa)*

Ingresso dell'ospedale di Careggi, via lungo il Riofreddo, via delle Oblate, via di Careggi, via di Terzollina, via del Mulino, via delle Masse, via delle Gore, via della Loggia de' Bianchi, via Dazzi, via del Gioiello, via dell'Osservatorio, via di Quarto, Largo Brambilla

## SABATO 22 NOVEMBRE 2014

### A due passi da Rifredi

Partenza ore 9:30 da piazza Leopoldo / zona Coop

*Itinerario collinare di km 7 circa (difficoltà media)*

Piazza Leopoldo, Poggetto, via dei Cappuccini, via Santa Marta, via di Montughi, via Stibbert, Via V. Emanuele, via Pagnini, via Fabroni, piazza Leopoldo

## SABATO 27 DICEMBRE 2014

### Le Chiese che dominavano la piana

Partenza ore 9:30 da Castello / via R. Giuliani

*Itinerario di km 7,5 circa (difficoltà medio alta)*

Via G. Bechi, via G. da San Giovanni (in parte in acciottolato) fino alla Chiesa della Castellina, via di Castellina, via della Topaia, via Dazzi, via della Quietè, via delle Montalve, via di Boldrone, via di San Michele a Castello, via della Querciola, via di Castello, Castello

...ed in ogni passeggiata, una piccola sorpresa!

## PARTECIPA ALLA TUA SALUTE

cerca su  il "Gruppo salute è benessere Q5 Firenze" e scopri tutte le novità