

# *Passeggiate della salute*

## **Gruppo SALUTE è BENESSERE Q3**

Camminate accessibili e adatte ad ogni ritmo. L'attività sportiva come strumento per la promozione della salute e di uno stile di vita salutare.

Camminare per stare insieme e socializzare.

Una passeggiata ogni sabato nei vari Quartieri della città.

*La partecipazione è libera e gratuita.*

### **Sabato 15 ottobre 2016**

***Verso Bagno a Ripoli, tra colline e tabernacoli a passo di nordic***

Percorso pianeggiante (circa 6 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 davanti centro commerciale Piazza Bartali

**Percorso:** via del Paradiso – via di Ripoli – Sorgane - San Marcellino - Bagno a Ripoli – Pieve di Badia a Ripoli (*in collaborazione con Associazione Nordic Walking e Dintorni*)

### **Sabato 19 novembre 2016**

***Intorno a "la Nave"***

Percorso pianeggiante e facile (circa 6 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 davanti centro commerciale Piazza Bartali

**Percorso:** Piazza Bartali, via Erbosa, via Nazioni Unite, via Villamagna, Nave e Rovezzano, via delle Sentinelle, via del Crocefisso del Lume, via delle Lame, via Gran Bretagna, via Erbosa (*durante la passeggiata verrà presentato il progetto "Conta e non Contamina"*)

### **Sabato 17 dicembre 2016**

***Il Piazzale e Ponte Vecchio: a due passi***

Percorso leggermente impegnativo (circa 6,5 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 davanti centro commerciale Piazza Bartali

**Percorso:** Piazza Bartali, via di Ripoli, via Salutati, piazza Ferrucci, via della Fornace, piazza Poggi, piazzale Michelangelo, viale Galilei, via San Leonardo, Costa San Giorgio, piazza Santa Felicità, rientro sul lungarno