

Gruppo di Cammino CARDANO AL CAMPO in collaborazione con ATS Insubria – Promozione della salute.

I “Gruppi di Cammino” rappresentano un’opportunità per fare attività fisica in compagnia e scoprire il proprio territorio e possono rappresentare un primo passo verso uno stile di vita sano.

L’attività di movimento all’aria aperta può essere un’occasione per ridurre fattori di rischio reali per malattie, come obesità, ipertensione, sovrappeso e malattie croniche ed un momento importante di socializzazione.

Il gruppo di Cammino Cardano al Campo è coordinato dall'ufficio Cultura a cui rivolgersi per ricevere informazioni e per iscriversi (tel. 0331 266270 email cultura@comune.cardanoalcampo.va.it).

Le camminate sono organizzate e guidate da volontari che si mettono a disposizione per condurre il gruppo.

L'iscrizione gratuita, comporta l'inserimento in una chat WhatsApp nella quale vengono inseriti i punti di ritrovo e gli orari e non va rinnovata.