

11 APRILE

/ RADUNO PROVINCIALE DEI GRUPPI DI CAMMINO DI BERGAMO

PIAZZALE MERCATO DI COLOGNO AL SERIO

Piazzale Caduti sul Lavoro
Via Circonvallazione 44



PROGRAMMA

- 13.15** • **RITROVO DEI GRUPPI NEL PIAZZALE DEL MERCATO**
- 13.30** • **RISCALDAMENTO CON THAI CHI IN GRUPPO**
CONDUCE IL MAESTRO DI ARTI MARZIALI
PAOLO LOCATELLI
- 13.45** • **PARTENZA A PIEDI DEI GRUPPI DI CAMMINO VERSO:**
• FONTANILE FRERA
• BOSCO DEI FONTANILI
• CHIESINA DEI MORTI DELL'ARCA
I GRUPPI, DA 50 UNITÀ L'UNO, PARTIRANNO SCAGLIONATI OGNI 5 MINUTI
- 16.15** • **ARRIVO AL PARCO DELLA ROCCA**
- 16.45** • **INIZIO MINI-CONVEGNO SUL BENEFICIO
DEL CAMMINARE E DELLA CORRETTA ALIMENTAZIONE
SECONDO IL PROGRAMMA**
ALL'ARRIVO DELL'ULTIMO GRUPPO
- 16.45/
17.00** • **PRESENTAZIONE "I GRUPPI DI CAMMINO A BERGAMO
E PROVINCIA"**
DOTT.SSA GIULIANA ROCCA
DIRETTORE DELLA SC PROMOZIONE DELLA SALUTE
ATS BERGAMO
FRANCO MARTINONI
EDUCATORE PROFESSIONALE
ATS BERGAMO
- 17.00/
17.30** • **L'IMPORTANZA DELL'ATTIVITÀ COMPORTAMENTALE
NELLA PREVENZIONE DELLE MALATTIE DEL BENESSERE**
DOTT. SSA MAZZOLENI FEDERICA
BIOLOGA APPLICATA ALLE SCIENZE DELLA NUTRIZIONE
- 17.30/
18.00** • **LA SALUTE NEL PIATTO**
DOTT.SSA SCHIAVI MARGHERITA
DIETISTA
ATS BERGAMO
- 18.00/
18.15** • **RISTORO CON THE CALDO
E CONSEGNA RICETTARIO 'CUCINA SANA'**

