



CITTÀ DI VIMERCATE
MEDAGLIA D'ARGENTO
AL MERITO CIVILE
UFFICIO STAMPA



Comunicato stampa n. 054/2016

“IN FORMA NEL PARCO”: TENERSI IN FORMA ALL’APERTO

Dal 13 giugno al 29 luglio e dal 5 al 9 settembre al Parco Sottocasa

Anche per il 2016 l'assessorato allo Sport ripropone “In forma nel parco” sempre in forma gratuita e con importanti novità che riguardano l'attività e un nuovo periodo.

L'attività sarà strutturata secondo due percorsi GREEN e BLUE mentre oltre al primo periodo (13 giugno – 29 luglio) sarà possibile frequentare anche a settembre dal 5 al 9.

I PERCORSI

Il percorso GREEN è strutturato secondo attività nei parchi e in percorsi cittadini; chi sceglie questo percorso svolgerà attività di movimento anche nel parco del Molgora, Cavallera ecc chi viceversa sceglie il percorso BLUE svolgerà attività più circoscritte all'interno del parco Sottocasa.

Due gli orari disponibili la mattina dalle ore 10.00 alle ore 11.00 (dal lunedì al giovedì) e il pomeriggio dalle ore 18.30 alle ore 19.30 (dal martedì al venerdì).

Nell'opuscolo in distribuzione a Spazio Città o disponibile sul sito internet comunale sono indicati il calendario suddiviso per data o per attività.

Alcuni esempi del percorso BLUE sono tonificazione addominali, bonificazione generali, coordinazione, zumba, pilates, GAG, Flag football, basic yoga e postural.

Mentre per il percorso GREEN troviamo attività a corpo libero, con elastico e nella caratteristica in movimento “scopriamo i parchi”, mobilità e bonificazione.

Il punto di ritrovo per entrambi è il Parco Sottocasa.

Adesione obbligatoria presentando la dichiarazione di esonero di responsabilità (allegato ai volantini o disponibili sul sito) direttamente agli istruttori.

Info: Ufficio Sport 039.66.59.467

Vimercate, 1 giugno 2016