



**Programma
di prevenzione cardiovascolare e
di promozione di stili di vita salutari
Comune di Sarcedo**



- **DOMENICA 28 FEBBRAIO PROGETTO "CAMMINATA PER TUTTI"** PARTENZA DALLA PIAZZA DI SARCEDO ORE 9.00 E ARRIVO ORE 12.15 CIRCA PRESSO L'AGRITURISMO TOMASETTI IN VIA BRAGLIO PER IL PRANZO CON MODALITA' DI PREPARAZIONE ALL'INSEGNA DELLA PREVENZIONE DELLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI. RITORNO IN PIAZZA SARCEDO ORE 16.00 CIRCA.
- **TUTTI I MARTEDI' E GIOVEDI' ORE 20.00 ATTIVITA' "GRUPPO CAMMINO NORDIC WALKING"** PARTENZA PIAZZA SARCEDO. Riferimento Mary ed Egidio
- **VENERDI' 5 MARZO ORE 19.00 INIZIO ATTIVITA' "GRUPPO CAMMINO"** PROMOSSA DAL GRUPPO PODISTI "IL SORRISO" DI SARCEDO. PARTENZA PIAZZA SARCEDO. Rif. Corrado
- **LUNEDI' 19 APRILE ORE 19.00 INIZIO CORSO BASE DI NORDIC WALKING** IN COLLABORAZIONE CON GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA ITALIANA. IL CORSO SI SVILUPPA IN N° 5 LEZIONI TEORICHE E N° 2 PRATICHE CON ESCURSIONI NEL TERRITORIO.
- **SABATO 3 APRILE INIZIO CORSO YOGA ORE 08.30 - 10.00** PRESSO VILLA CA' DOTTA. LA PRIMA FASE SI SVILUPPA TUTTI I SABATI NEI MESI DI APRILE - MAGGIO - GIUGNO. MAX 15 COMPONENTI PER CORSO
- **GIOVEDI' 1 APRILE INIZIO PRIMA FASE CORSO "ATTIVITA' MOTORIA"** ORE 19.00 - 20.00 PRESSO PARCO ANFITEATRO SARCEDO. ATTIVITA' SVILUPPATA DALL'ASSOCIAZIONE SPORTIVA DIVERTI SPORT SI SVILUPPA NEI GIORNI MARTEDI' E GIOVEDI FINO IL 27 MAGGIO.
- **MARTEDI' 1 GIUGNO INIZIO SECONDA FASE CORSO "ATTIVITA' MOTORIA"** ORE 20.00 - 21.00 PRESSO PARCO ANFITEATRO SARCEDO. ATTIVITA' SVILUPPATA DALL'ASSOCIAZIONE SPORTIVA DIVERTI SPORT NEI GIORNI DI MARTEDI' E GIOVEDI FINO IL 29 LUGLIO.

**INCONTRO PUBBLICO GIOVEDI' 11 FEBBRAIO ORE 20.00
SALA LUDICA SCUOLE ELEMENTARI**