



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

CAMMINATA METABOLICA

CICLO DI LEZIONI DIMOSTRATIVE

Quattro sessioni di Camminata Metabolica all'aria aperta, per prendersi cura di corpo e mente attraverso movimento ed esercizio guidato. Un'esperienza dinamica e accessibile, pensata per ritrovare energia e benessere.

Sabato ore 10:00

19 settembre: Budrio, Parco Giovanni XXIII, accesso da via Edera.

26 settembre: Mezzolara, Parco di Villa Rusconi, accesso da via Lumaca.

3 ottobre: Budrio, Parco Alessandrini, adiacente alla stazione di Budrio centro.

10 ottobre : Mezzolara, Parco di Villa Rusconi, accesso da via Lumaca.

Il corso è gratuito ed aperto a tutte e tutti salvo controindicazioni all'attività fisica.

Per informazioni: sara.bernardini@ausl.bologna.it

Per iscriversi: <https://site.unibo.it/ci-vuole-una-citta>

(o inquadrare il qr code)



...perché
CI vuole
una
Città.



PROGETTO
RECOVERY
COLLEGE

C'è un nuovo percorso per il
benessere delle persone:
si chiama Recovery College!