



Un evento organizzato dal Comune di Villa del Conte, Assessorato allo Sport
in collaborazione con l'Associazione Sportiva Dilettantistica Comitense Volley

Villa in Movimento!

DA LUNEDÌ 6 GIUGNO A MERCOLEDÌ 29 GIUGNO



AEROBICA e POTENZIAMENTO MUSCOLARE

Movimenti ed esercizi a tempo di musica per tonificare in un modo divertente il nostro corpo.

Appuntamento settimanale: **mercoledì dalle 19:30 alle 20:30**

Punto di incontro: Casetta degli Alpini - Oasi Vallona

Consigliati un asciugamano e una bottiglia d'acqua



JOGGING e CORSA

Percorsi di 5km e 10km a scelta in base alle proprie capacità.

Appuntamento settimanale: **lunedì dalle 20:00 alle 21:00**

Punto di incontro: Piazza Vittoria - Villa del Conte

Attività seguita da Gruppo Villa Run Conte



CAMMINATA

Camminare in compagnia per le vie del paese per facilitare la socializzazione ed aumentare il benessere personale.

Appuntamento settimanale: **lunedì dalle 20:00 alle 21:00**

Punto di incontro: Piazza Vittoria - Villa del Conte

Attività seguita da Pro Loco



Le attività proposte sono gratuite ed aperte a tutti, con la possibilità di partecipare a più corsi.

Gli incontri saranno tenuti da professionisti ed appassionati.

Al primo incontro verranno chiesti 5 euro per la copertura assicurativa in caso di infortunio.

Per informazioni: 049.9394855/049.9394814 (Comune). Iscrizioni 15 minuti prima dell'inizio dell'attività

In caso di maltempo l'attività verrà sospesa

Si ringrazia per la disponibilità il Gruppo Alpini Sezione di Villa del Conte