



... lo
cammino con

STILE

gruppi di cammino asl milano 1



La Clinica San Carlo - Servizio di Diabetologia -
l'ASL Milano I - Unità Operativa Medicina
Preventiva delle Comunità e dello Sport
Dipartimento di Prevenzione Medica -
Associazione Diabetici della Provincia di Milano -

presentano
Gruppi di Cammino



L'INCONTRO SI TERRÀ
IL GIORNO 6 OTTOBRE ALLE ORE 18
PRESSO L'AULA RIUNIONI
DELLA CLINICA SAN CARLO.
VIA OSPEDALE 21-PADERNO DUGNANO - MI

COS'È

il “Gruppo di cammino”



Per “**Gruppo di Cammino**” si intende un’attività spontanea in cui un gruppo di persone si ritrova regolarmente per camminare insieme lungo un percorso prestabilito, al fine di promuovere l’attività fisica e migliorare così la propria salute. Il cammino è una “pratica” a disposizione di tutti, gratuita, non richiede particolari abilità né un equipaggiamento specifico.

Il gruppo è guidato da volontari formati (W. L.) che accolgono i nuovi arrivati, li accompagnano e li motivano.

**Durante l’incontro di presentazione, del corso,
verranno fornite ulteriori informazioni**

**PER INFORMAZIONI:
Servizio di Diabetologia - Clinica San Carlo -
Tel. 02 99038385**