

Dal 16 giungo torna la palestra nel parco Altomilanese

Pubblicato: Martedì 9 Giugno 2015



L'iniziativa, che prenderà il via da martedì 16 giugno, prevede l'attività di ginnastica dolce e il corso Anziano più sicuro a cura degli istruttori del Centro Studi Karate di Busto Arsizio all'interno del polmone verde compreso tra Busto, Castellanza e Legnano.

Il progetto vuole promuovere **una migliore qualità della vita di adulti e anziani nel periodo estivo**, proponendo momenti di attività corporea e coniugando momenti di benessere, socialità e compagnia in un contesto fresco e armonioso come il parco Altomilanese.

Gli appuntamenti della Palestra a cielo aperto sono fissati per tutte le mattine da martedì a venerdì alle ore 10.30 e nei pomeriggi di martedì e giovedì dalle 17.30 sempre con ritrovo in zona Baytina. Le attività integrano in momenti dedicati anche gli ospiti di alcune Rsa del territorio, presenze importanti che valorizzano il progetto e le sue attività.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

