

## “Palestra a cielo aperto al Parco della Magana”

**Date :** 12 giugno 2019

Coop Lombardia e Comune di Cassano Magnago presentano “Palestra a cielo aperto al Parco della Magana”, un’attività di animazione estiva del parco rivolto ad adulti, pensionati ed anziani.

**Il progetto verrà svelato in un aperitivo di presentazione lunedì 17 giugno 2019 ore 17** Lunedì 17 giugno alle ore 17 presso l'area bar del Parco della Magana verrà presentata la nuova edizione della “Palestra a cielo aperto”, tradizionale attività di ginnastica rivolta ad adulti ed anziani frequentanti l’area splendida verde.

Un’iniziativa che parte al 17 giugno per chiudere all’11 settembre.

L’organizzazione di Palestra a cielo aperto vuole rispondere alle situazioni che si verificano durante il periodo estivo con l’isolamento e l’impoverimento di opportunità di socializzazione delle fasce più deboli della popolazione, in particolare pensionati ed anziani, che non trovano luoghi e opportunità che siano risorsa attiva per rimediare questo fenomeno.

La risposta a questo problema formulata dal comune di Cassano Magnago e da Coop Lombardia in collaborazione con la Cooperativa Sociale Totem di Varese e CSK Centro Studi Karate è nella sua composizione decisamente semplice: attivare gruppi di adulti/anziani che, accompagnati da istruttori professionisti, svolgano attività di ginnastica dolce nel verde.

Una formula che ha visto crescere negli anni il numero di partecipanti e che ha spinto gli organizzatori ad aumentare numero di incontri e settimane.

“Palestra a cielo aperto” rappresenta quindi un’occasione di incontro, socializzazione e valorizzazione di un luogo fresco ed accogliente quale il parco. Gli istruttori presenteranno specifici esercizi in funzione degli interessi e della tipologia di utenza (età, grado di autonomia motoria).

La partecipazione alle attività “Palestra a cielo aperto” sarà totalmente gratuita ed aperta a singoli cittadini che potranno raggiungere autonomamente il parco.

### **Orari:**

Ogni lunedì e mercoledì a partire da mercoledì 19 giugno dalle ore 9.30 alle ore 10.30