

# Gruppo SALUTE è BENESSERE

## INDICAZIONI

Una passeggiata ogni quarto sabato del mese.  
Lo sport come attività fisica volta a mantenere in efficienza il corpo... ma anche come momento di partecipazione e socializzazione.

## AVVERTENZE

La partecipazione è libera e gratuita.  
Si consiglia vivamente di superare le dosi consigliate!

Passeggiate di primavera proposte da Stefania Trombi, UISP delegazione Q5

**Per tutte le passeggiate: partenza alle ore 9.30 dalla piazzetta di Careggi ed arrivo nella stessa piazzetta intorno alle 12.30 (linea 14 ATAF - fermata Careggi)**

## SABATO 22 FEBBRAIO - La Topaia ed oltre

percorso collinare di 7,2 km (percorso breve di 4 km)

Piazzetta di Careggi, via delle Oblate, via della Loggia dei Bianchi, via Dazi, via della Topaia, via della Covacchia, via di Boldrone, via della Quiete, via delle Oblate, Careggi

## SABATO 22 MARZO - Da Careggi a Serpiolle e Canonica

percorso collinare di circa 7 km (percorso breve di 4 km)

Piazzetta di Careggi, via delle Masse, Serpiolle, Ristorante Dulcamara, via delle Serre, via di Canonica, via di Capornia, via di Terzollina, Careggi

La passeggiata sarà animata dagli amici dell'associazione Asso Cuore

## SABATO 26 APRILE - Lungo il corso del Terzollina

percorso di circa 6,5 km prevalentemente pianeggiante con tratti sterrati (percorso breve di 4 km)

Piazzetta di Careggi, via di Terzollina, lungo il corso del Terzollina... e ritorno

Inoltre, per chiudere in bellezza la stagione, i gruppi di tutti i quartieri si ritroveranno per una passeggiata davvero particolare, che permetterà di visitare i bellissimi parchi delle Ville mediche di Castello e della Petraia. Il ritrovo è per **SABATO 24 MAGGIO** e la partenza alle ore 9.30 dalla sede dell'Atletica Castello, in via Reginaldo Giuliani angolo viale Giulio Bechi. Alla fine della passeggiata, sarà possibile pranzare presso l'Atletica Castello e visitare la Villa della Petraia.

*I dettagli di questa ultima passeggiata (menù, costo, riferimenti telefonici) verranno precisati in seguito.*

## PARTECIPA ALLA TUA SALUTE

cerca su  il "Gruppo salute è benessere Q5 Firenze" e scopri tutte le novità