



Oggetto: **FITWALKING**, a Bosconero e dintorni con Marco.

Buongiorno Concittadine e Concittadini.

È nostro desiderio avviare un gruppo di passionate/i di camminata, più correttamente di "**Fitwalking metodo Maurizio Damilano**".

Intorno a Bosconero e sulla strada locale per San Benigno abbiamo ideali spazi per divertenti sessioni di allenamento.

L'intento è di avviare una **attività sportiva**, un approccio alla disciplina con la giusta gradualità rivolta alla pratica e al miglioramento di una **camminata che sia energica, spedita, con la corretta postura e dal necessario gesto tecnico** perché sia fonte di soddisfazione personale ed efficace ai fini del benessere psico fisico.

Da parte nostra le competenze tecniche di istruttori qualificati, in cambio chiediamo la voglia di mettersi un po' in gioco e l'approccio, il desiderio di imparare e migliorare: è il caso di dirlo "passo dopo passo".

L'iniziativa sarà sotto l'egida della nostra associazione sportiva bosconerese - Asd Compagnia del Pomo e della Punta - il contributo economico minimo a garantire tesseramento Asd e Uisp e la copertura assicurativa di legge (per queste tipologie di attività occorre presentare un certificato medico quantomeno per "attività sportiva non agonistica").

Inizieremo con un appuntamento settimanale per cominciare l'attività "pilota". **I sabati mattina** (non piovosi) **dalle 9:00 alle 10:30** (partenza dal Municipio di Bosconero). Previste una, due uscite a titolo di prova e non impegnative prima dell'eventuale iscrizione. L'attività sportiva, seppur in emergenza covid, è **consentita e sicura** perché si mantiene la distanza minima interpersonale di due metri, non si crea assembramento e perché si tratta di "sport individuale senza contatto".

Vi invitiamo a contattarci telefonicamente al numero **347 477 53 47 (Marco)** per ulteriori approfondimenti e per fissare la prova, come detto, non impegnativa.

Grazie dell'attenzione. "Camminare è l'inizio di tutto !". Ciao e... BUON CAMMINO !

Bosconero, febbraio 2021.

Marco Andreoli
Istruttore qualificato di Fitwalking e di Fitwalking Cross
(Map Italia Srl - Fidal)



ASD COMPAGNIA DEL POMO E DELLA PUNTA
Affiliata a Uisp
Associazione sportiva in Bosconero - www.pomoepunta.it