

Aprile - Maggio - Giugno 2024



# CAMMIN CAMMINANDO

## GRUPPI DI PASSI FELICI

# SONDALO E DINTORNI



**Camminiamo insieme, condividendo passi e sorrisi lungo i sentieri di Sondalo e dintorni. APT Sondalo e l'Accompagnatrice di Media Montagna (AMM) Laura Besseghini, con la collaborazione del Comune e il coinvolgimento dell'Associazioni Anziani Sondalo, ripropongono i "Gruppi di Cammino" rivolti a tutti gli amanti delle passeggiate all'aria aperta. Semplici uscite per promuovere il benessere psicofisico, in buona compagnia e in mezzo alla natura.**

**Attraverso il cammino, si possono infatti esplorare nuovi sentieri, migliorare la salute, ridurre malattie cardiovascolari, tenersi in movimento, combattere lo stress e rallegrare l'umore.**



**Tutti i giovedì (dal 18 aprile, fino al 6 giugno)**

**> 18 aprile - 2, 16 e 30 maggio - 6 giugno > Ritrovo ore 14:30**

**> 9 e 23 maggio > Ritrovo ore 17:30**



- Attività gratuite, con prenotazione entro il giorno precedente c/o APT Sondalo o AMM Laura Besseghini (+39 389 237 4409) - Minimo 4 partecipanti;
- Punto di ritrovo e partenza: APT Sondalo (Cittadella dello Sport);
- Le passeggiate saranno facili e alla portata di tutti, tra i sentieri che circondano Sondalo;
- Raccomandati abbigliamento e calzature tecniche e borraccia;
- In caso di pioggia l'uscita verrà annullata.

**APT Sondalo**

Via Verdi 2/A | +39 0342 801816  
info.sondalo@bormio.eu | sondaloturismo.it



**sondalo**  
Bormio, the wellness mountain