

## ***Piedibus della Salute e del Ben Essere***

***Il Piedibus è: Salute - Sicurezza - Socializzazione - Sostenibilità - Strategia***

***Il Piedibus è aperto a tutti  
ed è gratuito!***

***e ... tanto altro ancora ....***

***per fare movimento***

***per conoscere la città***

***per camminare in compagnia ... con poesia***

***per creare **salute** insieme***

***ogni lunedì e venerdì dalle ore 21,00 alle 23,00***

***Ritrovo a Piazza Monteluca 20,45***

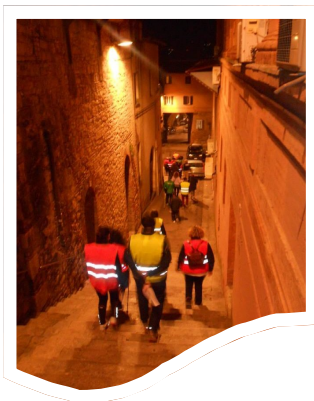
***o da altro posto che verrà comunicato sul profilo Facebook***

***Promozione stili salutari <https://www.facebook.com/promozione.stili.salutari>***

***oppure sul sito della UsL Umbria 1 <http://www.uslumbria1.gov.it/notizie/piedibus-serale>***

***E' necessario il gilet ad alta visibilità***

***Si consigliano abbigliamento sportivo, scarpe comode e una torcia***



***Per info e adesioni comunicare entro le 16.00 del giorno stesso a:***

***erminia.battista@uslumbria1.it - tel.3471024074***

***Marco - tel. 3382098689***

***Fare 30 minuti di attività fisica al giorno  
è guadagnare salute!  
Camminare è attività fisica a costo zero  
Vi aspettiamo!***