



# Prosegue “Salute in cammino di mattina – Camminata dolce”

*Il 17 novembre nuovo appuntamento a Porto d’Ascoli*

*SAN BENEDETTO DEL TRONTO* – Ha preso il via nei giorni scorsi una nuova iniziativa di promozione della salute promossa da U.S. Acli Marche, Associazione di volontariato Delta, Federazione anziani e pensionati Acli e Caf Acli. Si tratta di “Salute in cammino di mattina – Camminata dolce” che si svolge il martedì mattina (partenza alle ore 8,30 in Piazza Cristo Re a Porto d’Ascoli) ed il giovedì mattina (con partenza alle ore 8,30 in piazza dell’unità a Centobuchi di Montepreandone”).

L’iniziativa è gratuita e permette a cittadini di ogni età, in questo caso in particolare per i meno giovani, di svolgere attività fisica all’aperto beneficiando di un vero e proprio medicinale gratuito ormai riconosciuto da tutti, anche dall’Organizzazione mondiale della sanità, il movimento che va a contrastare l’obesità e la vita sedentaria di tutti i giorni.

Dopo i primi due appuntamenti che si sono svolti la scorsa settimana ce ne saranno altri 4 visto che l’iniziativa andrà avanti fino al 26 novembre (tranne in caso di pioggia o maltempo visto che in quel caso la camminata non viene effettuata).

Per ulteriori informazioni si può consultare i gruppi facebook “Salute in cammino”.