

Giovedì 2 settembre 2021



Se, come dice il proverbio, “una mela al giorno leva il medico di turno”, allora, come diciamo noi, “una pedalata alla settimana è un vero e proprio toccasana!” Come ogni attività aerobica a bassa intensità pedalare brucia calorie, tonifica la muscolatura, migliora l’umore, fa bene al sonno. E se pedali in compagnia, nella natura, con costanza, la bicicletta ti rende perfino felice! Da maggio, ogni mercoledì dalle 9 alle 12, puoi pedalare con noi in sicurezza su percorsi sempre diversi, lungo stradine a basso traffico. Per avere le necessarie informazioni settimanali iscriviti al nostro gruppo Whatsapp. Info: Claudio 3387939200

Allenamento per la Grande Pedalata della Val Belluna

Ritrovo: ore **8.30** al Parco città di Bologna.

Percorso: Belluno – Ponte nelle Alpi – Poiate – la Secca– Soccher – Ponte nelle Alpi – Belluno- Km 50 – dislivello 350 m. **Rientro** previsto per le ore 12:30

Per partecipare è necessaria l’iscrizione sul sito www.bellunoinbici.it

Contributo assicurativo 2 euro.

Referente: Claudio 3387939200

È importante seguire le indicazioni dell’informativa per rispettare le norme anti Covid-19. È necessario portare con sé una mascherina, oltre, ovviamente, alla camera d’aria di ricambio e all’attrezzatura minima necessaria per riparare eventuali piccoli guasti della bicicletta.