



MILANO 3 È BELLISSIMA:

# Vivila insieme a noi con lo SPORTING WALKING TRAINING!

**SABATO 30 MAGGIO, H. 10.30**

**V**VIVIAMO IN UN POSTO MERAVIGLIOSO: QUALE MIGLIORE OCCASIONE DI ESPLO-  
RARLO CON UNA CAMMINATA TRA AMICI?

Sarai accompagnato dall'entusiasmo e dalla professionalità di Michele Cattania con un programma di allenamento soft all'aperto, adatto a tutte le età, impostato da camminate a passo veloce nel verde di Milano 3, integrate da una serie di esercizi ginnici a corpo libero e con l'ausilio degli elastici.

**ORE 10.30:** RITROVO C/O IL NOSTRO GAZEBO  
AL CENTRO COMMERCIALE DI MILANO 3

**ORE 11.00:** PARTENZA

**ORE 12.00:** RITORNO AL GAZEBO PER UN HEALTH DRINK E PER I SALUTI

Per l'occasione raccomandiamo abbigliamento idoneo e chiediamo gentilmente di indossare una t-shirt bianca... Ti aspettiamo e passa parola!!!