



Per maggiori informazioni
inquadra il QR code
con il tuo smartphone

SPAZIO
COMUNE



Comune
di Cesena



RIVER RUN

14-10-2023

**Podistica non competitiva
Sabato 14 ottobre**

ritrovo iscrizioni dalle **ore 15:00**

in via Capannaguzzo 1161
ex scuola di Bulgarnò:

partenza camminata ore 15:30

partenza podistica ore 16:30

percorso pianeggiante sulla ciclabile del rio Pisciatello
con partenza e arrivo dal centro sociale "INSIEME" di Bul-
garnò, ristoro al centro sociale "I Maceri" di Macerone.

Premiazione per Società

dalla 1^a alla 10^a con almeno 10 iscritti
premio di partecipazione a tutti gli iscritti
quota iscrizione € 3,00

percorso lungo km 10(circa) corto km 5(circa)

**L'ISCRIZIONE COSTITUISCE DICHIARAZIONE DI IDONEITÀ
FISICA ALLA CAMMINATA E/O CORSA, IL PODISTA/CAMMINA-**

TORE è TENUTO AL RISPETTO DEL CODICE DELLA STRADA

referimento info:

3408525966



**possibilità di RISTORO all'ARRIVO
con menù del podista**

(prezzo convenzionato per gli iscritti alla manifestazione)



Per maggiori informazioni
inquadra il QR code
con il tuo smartphone

SPAZIO
COMUNE



Comune
di Cesena



Per maggiori informazioni
inquadra il QR code
con il tuo smartphone



PROGRAMMA DELLA GIORNATA

15:00 APERTURA ISCRIZIONI PODISTICA/CAMINATA (NON COMPETITIVA)
ALLE 15:30 PARTENZA CAMMINATA ALLE 16:30 PARTENZA PODISTICA
16:00 FUNCTIONAL TRAINING
17:00 THAI BOXE
DALLE 16:00 FINO 17:00 PERCORSO DIDATTICO IN MTB PER BIMBI
ENTRO LE 17:30 PREVISTO ARRIVO PODISTICA

OPEN DAY
14-10-2023

LE NOSTRE IDEE PER IL 2024

SPORT

- ATTIVITÀ FISICA ADATTATA IN COLLABORAZIONE CON UISP E AUSL ROMAGNA (CON PRESCRIZIONE DEL MEDICO DI BASE)
- GINNASTICA "DOLCE" PER ADULTI
- FUNCTIONAL TRAINING
- THAI BOXE
- CICLISMO
- PODISMO

SERATE RICREATIVE APERTA A TUTTI

ANCHE SOLO PER
"4 CHIACCHIERE IN
COMPAGNIA
LE SALE SONO
A DISPOSIZIONE
PER RIUNIONI
COMPLEANNI
ECC

ATTIVITÀ RICREATIVE
PING-PONG
GIOCHI DI SOCIETÀ
CALCIO BALILLA
.....

SARANNO ORGANIZZATE
SERATE INFORMATIVE SU:
- SALUTE & PREVENZIONE

- ALIMENTAZIONE
- SPORT & MOVIMENTO
- SANI STILI DI VITA

TI ASPETTIAMO!
VIENI A CONOSCERCI
E A TRASCORRERE
UNA SERATA
CON NOI



AFFILIAA A:

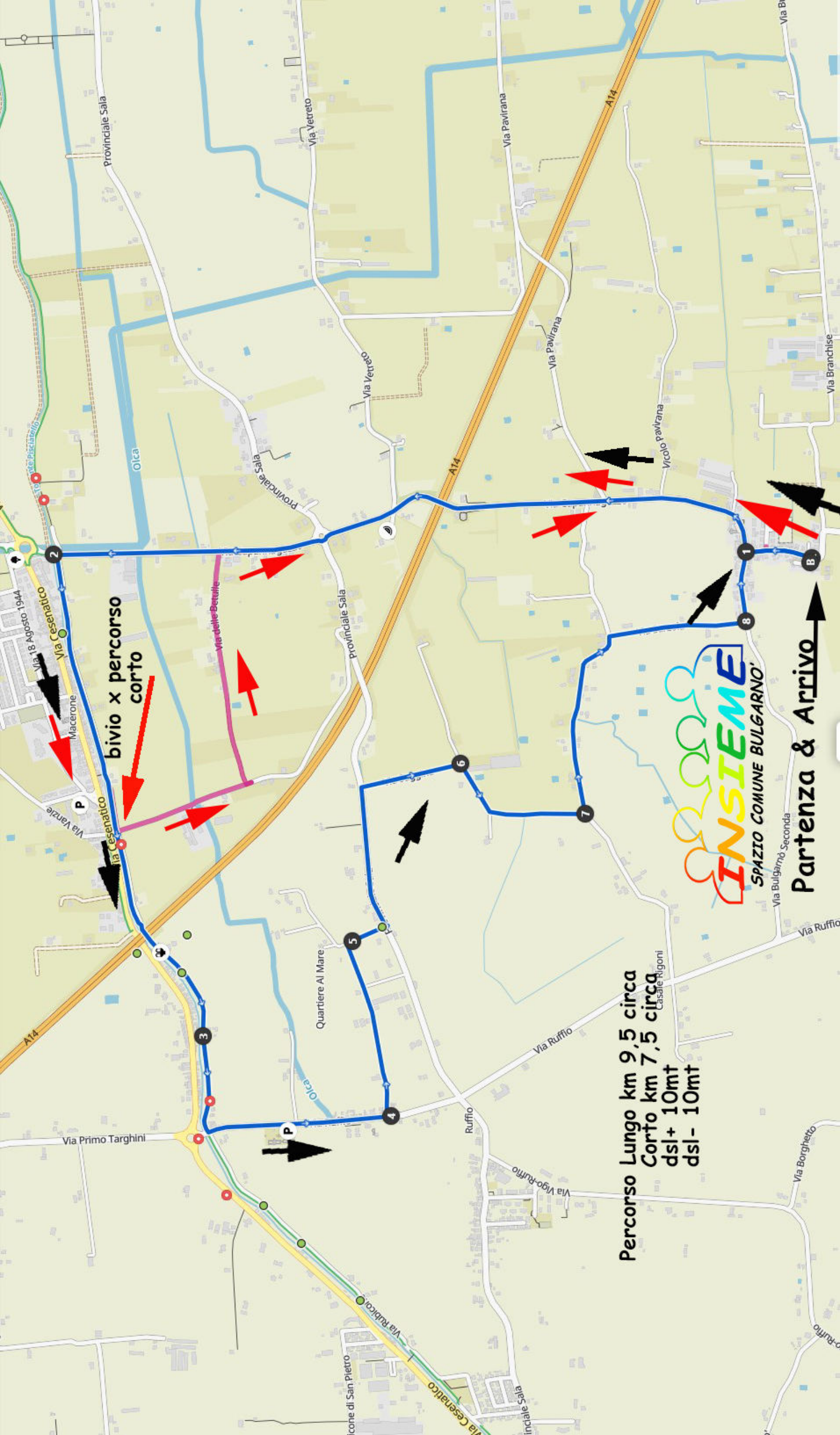


Comitato Forlì Cesena



PER INFO
3408525966 ERMES

LUOGO:
BULGARNO DI CESENA FC
VIA CAPANNAGUZZO 1161



bivio x percorso corto

**Percorso Lungo km 9,5 circa
Corto km 7,5 circa
dsl+ 10mt
dsl- 10mt**

INSIEME
SPAZIO COMUNE BULGARNO

Partenza & Arrivo