



COMUNE DI CASALECCHIO DI RENO

SPORT PARCHI CORRERE SALUTE PISTE CICLABILI PERCORSI BENESSERE **2015**

LA PALESTRA NELL'AMBIENTE

SANI STILI DI VITA SALUTE ATTIVITA' MOTORIE PARCHI CITTADINANZA CAMMINARE FITNESS PEDALARE



Dove non diversamente segnalato le iniziative sono gratuite e a libera partecipazione

Assessorato allo Sport
Al via in giugno la 5ª edizione del progetto "Palestra nell'Ambiente" frutto della collaborazione attiva e concreta fra l'Amministrazione Comunale e le società sportive che operano sul nostro territorio e che si sono impegnate nella realizzazione del progetto dello sport di cittadinanza, condividendo l'obiettivo di favorire l'attività motoria dei cittadini di ogni età attraverso la partecipazione libera e gratuita alle attività proposte.
L'attività sportiva porta benefici alla salute psicofisica delle persone e migliora la qualità della vita, soprattutto se svolta sotto la guida degli istruttori messi gratuitamente a disposizione dei partecipanti.
Inoltre la città di Casalecchio è collocata in un importante e ricco ambiente naturale (il lungofiume, il Parco della Chiusa, le numerose aree verdi, la collina) che facilita il movimento all'aperto.
Fare attività sportiva in questi luoghi contribuisce a valorizzare il patrimonio naturale e a diffondere e rafforzare la sensibilità ecologica di ognuno di noi, motivandoci sempre di più a migliorare i nostri stili di vita.

Il Progetto



Informazioni

Dove non diversamente segnalato le iniziative sono gratuite e a libera partecipazione. Il programma e la mappa con i percorsi della salute sono scaricabili qui: www.comune.casalecchio/sport

Prima di recarsi sui luoghi di ritrovo delle iniziative inserite nel programma della Palestra nell'ambiente 2015 si consiglia contattare le associazioni organizzatrici per verificare la conferma di date e orari che potrebbero subire modifiche a causa delle condizioni atmosferiche o altri imprevisti.

Le Associazioni che aderiscono al progetto hanno un loro programma annuale di passeggiate, gite, escursioni e corsi riservati ai soci con iscrizione obbligatoria. Qui sotto trovate i loro recapiti per maggiori informazioni in merito alle diverse opportunità.

Canoa Club Bologna
051 575354
info@canoclubbologna.it

Percorsi di Pace
051 6132264
percorsidipace@virgilio.it

Polisportiva Ceretolese
051 6138110
polceretolese@yahoo.it

Polisportiva CSI
051 570124
info@csicasalecchio.it

Polisportiva G.Masi
051 571352
info@polmasi.it

Pol.RenoGroup/Acc.Judo
335 6955392
antonioamorosi@yahoo.it

Lodi Club
051 567337
info@lodiclub.it



GINNASTICA NEI PARCHI

Attività motoria globale che include tutti i segmenti del corpo, rivolta a tutti i cittadini. L'attività è tenuta da istruttori qualificati. Non viene utilizzata musica né attrezzi, basta portare con sé un asciugamano o tappetino su cui sdraiarsi.

Parco del Lido
Dal 15 giugno al 26 luglio
e dal 24 agosto al 4 settembre
dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 10.30
e dalle 18.30 alle 19.30
A cura della Polisportiva Masi

GINNASTICA DOLCE

Dal 15 giugno al 2 luglio
e dal 31 agosto al 17 settembre
Lunedì e giovedì dalle ore 19 alle 20 nel prato antistante la palestra Finco di Ceretolo Viale della Libertà
A cura di Pol.Ceretolese

INCONTRI DI YOGA

Giovedì 2-9-16-23-30 luglio
dalle 19.00 alle 20.00 Parco della Meridiana
adiacente scuole Tovoli

Giovedì 20-27 agosto
dalle 19.00 alle 20.00 Parco della Meridiana
adiacente scuole Tovoli
A cura di Pol.CSI e Pol Masi



A cura di Pol.CSI
dalle 18,30 alle 20,00 Parco della Meridiana

MINIBASKET IN MERIDIANA

A cura di Pol.G.Masi
dalle 17,30 alle 19,00 Parco della Chiusa
Venerdì 14 - 21 - 28 agosto
Venerdì 3 - 10 - 17 - 24 settembre
Giovedì 2 - 9 - 16 - 23 - 30 luglio

DISCO GOLF

A cura di Polisportiva RenoGroup
dalle 17,30 alle 18,30 Parco del Lido
Tutti i Lunedì e mercoledì di giugno e luglio
e aumentare l'autostima.
Per imparare a fronteggiare situazioni pericolose

DIFESA PERSONALE

A cura di Pol.CSI e Masi
dalle 10,00 alle 11,00 Parco della Chiusa
Lunedì 6 - 13 - 20 - 27 luglio
Lunedì 15 - 22 - 29 giugno
dalle 10,00 alle 11,00 Parco della Chiusa

RESPIRAZIONE COSCIENTE

A cura di Pol.CSI e Masi
dalle 19,00 alle 20,00 Parco della Chiusa
Martedì 7 e 14 luglio
dalle 19,00 alle 20,00 Parco della Chiusa
Martedì 9 e 16 giugno

BIODANZA

A cura di Pol.CSI e Masi
Fino alla fine di settembre
Ritrovo tutti i mercoledì ore 18,50
davanti al Centro Giovanile ECO in via dei Mille

CORRERE PER CASALECCHIO

NORDIC WALKING LA CAMMINATA CON I BASTONCINI

Passeggiate promozionali per tutti all'interno del Parco della Chiusa
Martedì 16 e 23 giugno
Ritrovo ore 19,30-21,00
Centro Giovanile Eco Via Dei Mille
Passeggiate domenicali
(riservate ai Soci iscritti al gruppo)

Parco di Rocca Malatina
14 giugno
Badia - Mongiorgio
5 luglio

Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passeggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio

Passaggiate riservate alle donne operate
Monte Fumaiolo in Romagna
11 luglio