

# Giovedì 23 giugno 2022



*Se, come dice il proverbio, “una mela al giorno leva il medico di torno”, 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 giovedì dalle 9 alle 12.30, 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: Pierluigi 344 2336637*

**Ritrovo:** ore 9.00 al Parco città di Bologna.

**Percorso:** Belluno-Mier-Sois-Bes-Carmegn-Roe Alte-Antiche Rogge (sterrato)-Bribano-Longano Triva-Pasa-Salce-Belluno

Km 35–dislivello 390 m. **Rientro** previsto per le ore 12:30

Per partecipare è necessaria l’iscrizione sul sito [www.bellunoinbici.it](http://www.bellunoinbici.it)

Contributo assicurativo 2 euro.

**Ricordate di portare con voi una camera d’aria di ricambio e la pompa**