

# Giovedì 20 luglio 2023



*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 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: Claudio 3387939200*

## Andiamo a Val Morel

**Ritrovo:** ore 8.45 al Parco città di Bologna.

**Percorso:** Belluno – Visome–Giaon–Val Morel–Tassei–Cet–Madeago–Cavessago–Belluno  
Km 36 – dislivello 700 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.

Referente: Claudio 3387939200

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



Sede: Via Flavio Ostilio 8, 32100 Belluno - C.F.: 93029360257

Internet: [www.bellunoinbici.it](http://www.bellunoinbici.it) - Email: [fiab@bellunoinbici.it](mailto:fiab@bellunoinbici.it)