

## ALLA SCOPERTA DELLE BELLEZZE DELL'AQUILA FACENDO FITNESS



10 Settembre 2019

L'AQUILA - Una pausa dalla routine quotidiane attraverso una camminata guidata per la città intervallata a semplici ma funzionali esercizi fisici.

È "Street Fitness", in programma all'Aquila sabato 21 settembre con due turni, il primo alle 10,30 e il secondo alle 16,30.

Organizzata dalla palestra My Gym, la giornata prevede un percorso illustrato da **Angela Ciano**, giornalista e storica dell'arte, che condurrà alla riscoperta di antiche radici e identità della città.

Durante la camminata con **Katia Salute**, istruttrice di fitness, educatrice e animatrice, si eseguiranno degli esercizi di fitness, semplici ma funzionali.

Le tappe saranno il Forte Spagnolo, piazza del Teatro, San Bernardino con la scalinata, Porta Bazzano, Basilica di Santa Maria di Collemaggio, piazza dell'Emiciclo, piazza Duomo, Quattro Cantoni, Fontana luminosa e stadio "Tommaso Fattori".

L'attività ha un costo di partecipazione di 5 euro, con prenotazione obbligatoria presso la Palestra My Gym in Via Durini, entro 4 giorni dalla data dell'evento. Per la partecipazione all'attività sarà richiesta la firma di una liberatoria da parte di un maggiorenne.