

# Sabato 1 giugno Seconda Nature Bike Seriate ore 9,30 partenza Oasi Verde

## L'Associazione Onda Vitale ASD in collaborazione con La via del Benessere Naturale

Organizza per **sabato 1 giugno** con ritrovo alle **ore 9,30** (fino alle ore 12,30 circa) all'inizio della pista ciclabile che parte da Seriate costeggiando il fiume Serio verso sud la seconda Natur Bike, una facile pedalata lungo il fiume con delle brevi soste dove si parlerà dell'importanza dell'attività motoria all'interno di uno stile di vita corretto. L'attività motoria aiuta a tenere normali i livelli di: glicemia, colesterolo, pressione arteriosa e tanto altro.

Per chi ha difficoltà a caricare la bici in macchina possibilità di ritiro della stessa e riconsegna con un contributo a offerta libera per il trasporto.



Giornata tenuta dai Naturopati Melissa Villa e Carlo Montagnino (tecnico ed ex azzurro di atletica leggera).

Vi aspettiamo per una mattinata rilassante e ricca di preziose informazioni per il proprio benessere! Visita il nostro sito e la nostra pagina Facebook L'Evento è riservato ai Soci di Onda Vitale (costo tessera € 15,00 valida per tutto l'anno). Opportuno un certificato del proprio medico sull'idoneità per una facile pedalata. **Per info e prenotazioni 351.5828819**

[www.ondavitale.it](http://www.ondavitale.it)



[info@ondavitale.it](mailto:info@ondavitale.it)

**Conoscere per essere liberi di scegliere**



[info@laviadelbenesserenaturale.it](mailto:info@laviadelbenesserenaturale.it)