

Sabato 15 giugno terza Nature Bike

Ponteranica con partenza ore 9,30

L'Associazione Onda Vitale ASD

in collaborazione con

La via del Benessere Naturale

Organizza la terza nature Bike **sabato 15 giugno** con ritrovo alle **ore 9,30** (fino alle ore 12,30 circa) all'inizio della pista ciclabile che parte da Ponteranica Strada al Mulino (punto di riferimento Bar Capolinea 65, sulla strada che da Bergamo porta a Villa d'Almè), si parcheggia dall'altra parte della strada in via Moroni. Una facile pedalata all'interno del bosco che arriva al Santuario di Sombreno con delle brevi soste dove si parlerà di argomenti legati al benessere 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



info@ondavitale.it

Conoscere per essere liberi di scegliere



info@laviadelbenesserenaturale.it