

DOMANI. Piramidi Passeggiate tra i negozi per trovare il benessere

Dieci mila passi per stare bene. È questa l'iniziativa pensata dal centro commerciale Le Piramidi per promuovere uno stile di vita attivo e una nuova cultura del benessere. A partire da domani, ogni martedì alle 20 l'appuntamento è al portale numero uno per una passeggiata che di volta in volta proporrà percorsi diversi, sotto la guida di un "walking leader" e su una distanza variabile tra i 3 e i 7 chilometri, in funzione del gruppo e delle condizioni.

L'iniziativa è promossa da Cogest Italia, in collaborazione con Pro Loco e Alpini di Torri di Quartesolo, Fidas, l'unione sportiva Torri, il gruppo Audace, Le Piramidi Fitness Club, e Palextra Center. «Dieci mila passi - spiega Lorenzo Padovan, direttore de Le Piramidi - corrispondono a circa 2 ore di camminata anche discontinua. Ed è quanto raccomandano i cardiologi per prevenire patologie cardiovascolari ed eccesso di peso. Quest'iniziativa si rivolge a tutti, sportivi e sedentari, con il duplice obiettivo di promuovere il benessere e il territorio». ●