

DAL 24 LUGLIO, GRANDE MELA, PRO LOCO E COMUNE DI SONA INVITANO TUTTI A CAMMINARE

# 10.000 passi... per star bene

La nuova amministrazione del Comune di Sona, attraverso il suo sindaco Gianluigi Mazzi, ha scelto di patrocinare una nuova iniziativa, promossa a livello nazionale da Cogest Italia s.r.l. e portata avanti nel nostro territorio dal Centro Commerciale La GrandeMela: "10.000 passi per stare bene", un progetto pensato per promuovere uno stile di vita attivo e una nuova cultura del benessere e della socialità, attraverso la semplice formula del camminare insieme all'aria aperta.

A partire dal 24 luglio, ogni mercoledì alle 18.00, il direttore

de La GrandeMela Marco Cingottini, in collaborazione con il Presidente della Pro Loco di Sona, Luca Foroni, ed i rappresentanti di Gruppi marciatori, Alpini, Ass. La Torre di Palazzolo, aspetteranno nei punti di ritrovo prefissati i clienti del centro e tutti coloro che vorranno aderire, per una passeggiata sotto la guida di un "walking leader" e su una distanza variabile tra i 4 e i 5 chilometri. Ad ogni passeggiata, presenzierà un nutrizionista che, alla fine del percorso, spiegherà ai partecipanti i vantaggi dell'attività fisica e darà suggerimenti concreti sulla sa-



na alimentazione. Grazie alla ricchezza del patrimonio paesaggistico e della storicità del territorio di Sona, le camminate toccheranno gli angoli più suggestivi, unendo così ai benefici dell'attività fisica e al piacere dello stare insieme, la possibilità di scoprire o approfondire la conoscenza del territorio. «I Centri Commerciali devono vivere come luoghi integrati nel territorio, moderni spazi di aggregazione e punti di riferimento per tutta la comunità. La qualità del servizio e la sicurezza della struttura, l'offerta, l'accoglienza e il continuo dialogo con il territorio sono valori essenziali per il successo, anche commerciale, delle strutture.» ha dichiarato Carmen Chierogato - a.d. di Cogest Italia.

ANTINFLU

Il Co  
il va

I Codacc  
sta di Fa  
nare tutti i c  
anni contro  
da ottenere  
750 milioni  
zio sanitario  
cinazione c  
assurda - a  
Carlo Rienz  
be solo  
all'industria  
«Siamo fav  
zione per le  
ma forteme  
cinazione c