

10.000 PASSI DI SALUTE E NON SOLO...

La nuova amministrazione del Comune di Sona, con il suo sindaco Gianluigi Mazzi, ha scelto di patrocinare una nuova iniziativa, promossa a livello nazionale da Cogest Italia srl 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.

Dallo scorso 24 luglio, ogni mercoledì alle 18, 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, associazione 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 sana 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** - ad di Cogest Italia - facendosi portavoce dell'iniziativa a livello nazionale.

Le passeggiate hanno avuto inizio il 24 luglio alla fine della conferenza stampa che ha ufficializzato l'iniziativa alla presenza delle autorità del Comune di Sona, del direttore de La GrandeMela, del presidente della Pro loco e dei rappresentanti delle varie associazioni.

Seguono le altre date delle camminate:

7 agosto - Palazzolo: visita a Pieve di Santa Giustina e Palazzo Palazzoli.

14 agosto - Sona: visita a Villa Sparici e Landini e Guglia della strega Guglielmina

21 agosto - Palazzolo: visita a Pieve di Santa Giustina e Palazzo Palazzoli.

28 agosto - San Giorgio: visita a Azienda agricola Fugatti e Corte Turco.

4 settembre - Lugagnano: visita a Chiesa e museo degli Alpini di Lugagnano

11 settembre - Sona: visita a Villa Sparici e Landini e Guglia della strega Guglielmina.

Tutte le informazioni relative all'iniziativa saranno diffuse all'interno del centro commerciale La GrandeMela e nei suoi canali web (www.lagrandemela.it e pagina facebook), sul sito del Comune di Sona e tramite materiale informativo distribuito ai cittadini ed ai clienti del Centro da parte della Pro loco di Sona e delle associazioni coinvolte.