



Casateonline > Sport

Scritto Domenica 21 maggio 2023 alle 15:27

## Move Week: iniziative ad Annone e Nibionno con Giretto APS

Annone Brianza, Bulciago, Nibionno

**MOVE Week**, il più grande evento sportivo comunitario in Europa, con centinaia di iniziative che vedono coinvolti oltre 30.000 partecipanti in 80 località italiane, fa tappa anche sul nostro territorio. **Giretto APS di Bulciago** ha infatti aderito alla settimana MOVE, che va dal 22 al 28 maggio, organizzando in collaborazione con il gruppo di Cammino Nordic Walking e il Centro Benessere Wet Life di Nibionno due eventi: **“In cammino verso il benessere”** il 24 maggio ad **Annone di Brianza** e **“Body Stretch”** il 25 a **Nibionno**.



Per il primo appuntamento il ritrovo è alle 19.00 presso il Palazzetto dello Sport in via Cabella Lattuada, con partenza alle 19.30. Si può partecipare con o senza bastoncini. L'itinerario di circa 6 chilometri è sterrato ma facile da percorrere. Il gruppo sarà coordinato dall'istruttore di nordic walking Gianluigi Maggioni e dal gruppo di cammino NW Giretto. Partecipazione gratuita e aperta a tutti previa prenotazione dal sito.



Il secondo evento, "Body Stretch", è in programma per giovedì 25 maggio con ritrovo alle 19.00 presso la sala fitness del Centro Benessere Wet Life in via Gaggio 1 a Nibionno. L'insegnante di educazione fisica Anna Crippa terrà due sedute di allenamento con l'obiettivo di migliorare l'elasticità muscolo scheletrico e ridurre tensioni e blocchi muscolari. Praticare regolarmente esercizi di allungamento regala al corpo una migliore mobilità, una buona postura e la consapevolezza di noi stessi. La partecipazione è gratuita ma con prenotazione obbligatoria tramite e-mail a [info@giretto.it](mailto:info@giretto.it). Posti limitati.

Con queste due iniziative l'Associazione di Promozione Sociale Giretto vuole lanciare un messaggio chiaro e forte: + MOVIMENTO + SPORT + STILI DI VITA CORRETTI = + BENESSERE + INTEGRAZIONE + QUALITA' DI VITA.



© [www.merateonline.it](http://www.merateonline.it) - Il primo network di informazione online della provincia di Lecco