

# Informazioni

## Progetto dedicato alle persone Over 61

**COSTI:** € 40,00 (€ 45,00 per i non residenti, solo su disponibilità posti residui), comprensiva di camminate e ristori, assicurazione, autobus escursione, diploma.

da versare tramite modalità **PagoPa** che sarà consegnato dopo l'iscrizione.

Iscrizioni esclusivamente presso l'UFFICIO SERVIZI SOCIALI,  
via Arrigoni, 1 Peraga di Vigonza  
nei giorni Lunedì 31 Marzo e Mercoledì 2 Aprile  
dalle ore 11.00 alle ore 12.00



*N.B. Le date e gli orari indicati all'interno sono puramente indicativi e possono subire variazioni di +/- 30 Minuti.*

**Le manifestazioni programmate verranno effettuate anche in caso di maltempo.**



CITTÀ di VIGONZA  
Assessorato alle Politiche Sociali



Associazione Sportiva  
Dilettantistica



# AGILE 2025

*"Fattorie"*

PROGETTO DI CAMMATE  
NEL TERRITORIO CON ESCURSIONE FINALE A  
Tovena di Cison di Valmarino (TV)



*Camminare fa bene alla salute!  
E in gruppo è più divertente!*



**CITTÀ DI VIGONZA**  
**PROVINCIA DI PADOVA**

Assessorato alle Politiche Sociali



## UNOAGENTO

Associazione Sportiva Dilettantistica

“**AGILE**” è una proposta di movimento rivolta a tutte le persone over 61 che abbiano voglia di riassaporare il piacere del camminare, così tanto consigliato dai nostri medici e anche fenomeno sociale del momento. “Camminare” vuol dire bruciare grassi, rinforzare cuore e polmoni, tonificare i muscoli, rafforzare il sistema immunitario, aumentare la capacità respiratoria, rallentare il ritmo frenetico della vita quotidiana; fermarsi, osservare, ascoltare, conoscere, scoprire. Agile è allenamento per gli occhi, il naso, la bocca, le orecchie, la mente, lo spirito... il **CUORE!** Scopriremo volti e angoli di Vigonza ancora sconosciuti, vecchie strade, piccoli borghi, ville antiche, case rurali e bracciantili percorrendo circa 5/7 km.

Passeggeremo per argini, “trosi”, strade bianche, immersi nel tepore primaverile e in un caleidoscopio di tenui colori.

• E non mancate alla prova sulla camminata! “quanti chilometri riesco a percorrere a piedi in un’ora?” Fai il tagliando! Verifica il tuo stato di forma.

• L’escursione quest’anno ci porterà a Tovenà di Cison di Valmarino (TV); non conosci questa località? Motivo in più per partecipare ad “**AGILE 2025**” e scoprire i nostri bellissimi borghi. Aspettandovi per fare ancora molta strada insieme, “agilmente” vi saluto!

ASD UNOAGENTO - IL PRESIDENTE

*Giorgio Stirini*



UNOAGENTO2 @ GMAIL.COM



Cell. 349 4542793

## Calendario delle camminate

**Sabato 5 Aprile** ore 09.00

### **CAMMINATA**

Ritrovo davanti alla Chiesa di Perarolo

**Sabato 12 Aprile** ore 09.30

### **CAMMINATA DI 1 ORA**

Ritrovo al parco del Castello dei da Peraga

**Mercoledì 23 Aprile** ore 17.15

### **CAMMINATA**

Ritrovo davanti alla Chiesa di Vigonza

**Sabato 3 Maggio** ore 09.00

### **CAMMINATA**

Ritrovo davanti alla Chiesa di Pionca

**Mercoledì 7 Maggio** ore 17.30

### **CAMMINATA FUORI PORTA**

Ritrovo davanti alla Chiesa di San Pietro di Stra

**Mercoledì 14 Maggio** ore 08.00

### **ESCURSIONE A TOVENA**

Ritrovo al parcheggio della piscina di Peraga

**Sabato 24 Maggio** ore 10.30

### **CHIUSURA ATTIVITÀ MOTORIA E AGILE**

Sala consigliare

