

Informazioni

Progetto dedicato alle persone Over 62

COSTI: € 40,00 (€ 45,00 per i non residenti, solo su disponibilità posti residui), comprensiva di camminate e ristori, assicurazione, pullman, 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 Martedì 24 Marzo e Mercoledì 25 Marzo 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 2026

"Sconfinando: le Chiese"

PROGETTO DI CAMMATE
NEL TERRITORIO CON ESCURSIONE FINALE A
Valli del Pasubio (VI)



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



CITTÀ DI VIGONZA
PROVINCIA DI PADOVA

Assessorato alle Politiche Sociali



UNOACENTO

Associazione Sportiva Dilettantistica

“**AGILE**” è una proposta di movimento rivolta a tutte le persone over 62 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 Valli del Pasubio (VI); non conosci questa località? Motivo in più per partecipare ad “**AGILE 2026**” e scoprire i nostri bellissimi borghi. Aspettandovi per fare ancora molta strada insieme, “agilmente” vi saluto!

ASD UNOACENTO - IL PRESIDENTE

Giorgio Stirini



UNOACENTO2



EMAIL.COM

Cell. 349 4542793

Calendario delle camminate

Sabato 28 marzo ore 09.30

1 ORA PER LA SALUTE

Ritrovo al parco del Castello dei Da Peraga

Mercoledì 8 aprile ore 17.30

CAMMINATA

Ritrovo alla Chiesa di CARPANE

Sabato 18 aprile ore 09.00

CAMMINATA

Ritrovo al parcheggio della Chiesa di San Vito

Mercoledì 29 aprile ore 09.00

CAMMINATA

Ritrovo alla Chiesa di Codiverno

Sabato 9 maggio ore 09.00

CAMMINATA

Ritrovo al parcheggio della stazione treni di Busa

Mercoledì 13 maggio ore 08.00

ESCURSIONE A VALLI DEL PASUBIO

Ritrovo al parcheggio della piscina di Peraga

Domenica 24 maggio ore 10.30

CHIUSURA ATTIVITÀ MOTORIA E AGILE

Sala consigliare

