



L'ASSOCIAZIONE PARKINSON INSUBRIA AS.P.I. - ONLUS

Cassano Magnago (VA)

in collaborazione con

SCUOLA NORDIC WALKING IL COLIBRI' e ASSOCIAZIONE di LABORATORIO DI CUCINA NATURALE

VI INVITA A PARTECIPARE ALL'EVENTO IN CONTEMPORANEA CON ALTRI LUOGHI NEL MONDO

IN CAMMINO VERSO LA LUNA

Sabato 20 Aprile 2013 a partire dalle ore 10

Camminata non competitiva a distanza libera con uso facoltativo della tecnica del NORDIC WALKING

*Presso il Parco del Ticino - ex Dogana Austroungarica
località Tornavento Comune di Lonate Pozzolo*

“Trovare la cura per guarire da questa malattia, è un'impresa pari alla conquista della Luna. Noi malati dobbiamo dimostrare con il nostro entusiasmo e la nostra forza di non arrenderci, di voler colmare la distanza che ci separa dalla Luna.

Camminando, metro su metro, conquisteremo la Luna.”

Antonio, 60 anni, parkinsoniano da 14

ABBIAMO BISOGNO DI VOI, DONATECI LA DISTANZA CHE PERCORRERETE.

COSI' TUTTI INSIEME POTREMO FAR SENTIRE AI RICERCATORI TUTTO IL NOSTRO CALOROSO INCORAGGIAMENTO

**VI ASPETTIAMO CON TUTTA LA FAMIGLIA E I VOSTRI CONOSCENTI:
UN METRO IN PIU' PUO FARE LA DIFFERENZA!**

HANNO PATROCINATO L'EVENTO



Sviluppo Sostenibile:
tutela della biodiversità e dell'ambiente,
qualità della vita



PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE

Presso l'area e i locali della ex Dogana Austro Ungarica

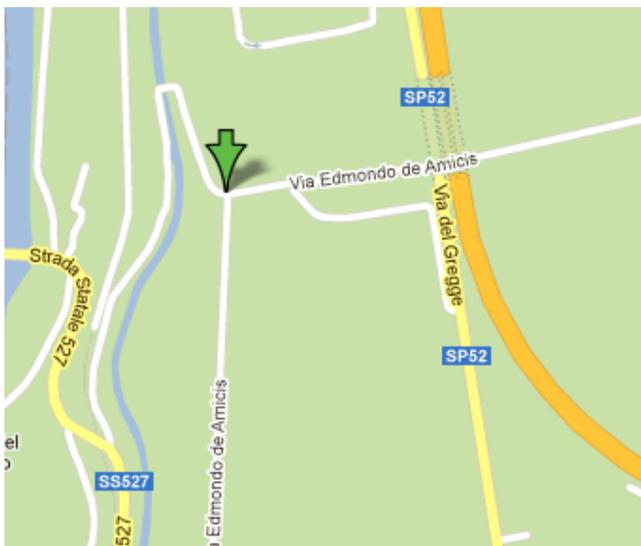
- ore 10 Inizio iscrizioni e consegna pettorine e inizio immediato camminata
- ore 12.30 pausa
- ore 13 pranzo all'insegna del "mangiare bene e consapevole" preparato dall'Associazione di Laboratorio di cucina naturale, con il coordinamento della Sig.ra Manuela Palestra, Presidente.
- ore 14.30 ripresa delle iscrizioni e consegna pettorine e inizio immediato camminata
- ore 17 fine manifestazione.

i partecipanti dovranno percorrere una distanza minima di 500 mt. su un percorso prestabilito e alla fine della loro prestazione dovranno comunicare la distanza percorsa. Chi vuole potrà avvalersi della tecnica Nordic Walking, rivolgendosi agli istruttori della Scuola Il Colibri presenti sul posto, che forniranno la necessaria assistenza e il materiale relativo.

PER IL PRANZO E' OBBLIGATORIO PRENOTARSI ENTRO IL GIORNO 16 APRILE TELEFONANDO ALLA SEGRETERIA ASPI DI CASSANO N.0331 282424

QUOTA ISCRIZIONE PER LA CAMMINATA € 2.00
(per i minori di anni 15 iscrizione gratuita)

CAMMINATA + PRANZO € 10.00



Dogana Austrungarica Località Tornavento

PER MAGGIORI INFORMAZIONI

ASPI Cassano Magnago, via Cavalier Colombo 32,
21012 Cassano Magnago (VA) Tel. 0331 282424
Sito <http://www.aspicassano.wordpress.com> E-mail:
associazioneparkinson@gmail.com
CF 91048500127 – Referente Evento: Sig. Mario Bardelli

SCUOLA NORDIC WALKING IL COLIBRI' – Via Oriano 51,
21018 Sesto Calende (VA) Tel. 0331 924422
web: www.ilcolibri.org – E-mail: ilcolibri@ilcolibri.org
Referente evento: Sig.. Luigi Bellaria

Come raggiungere il Centro Parco Ex Dogana Austrungarica

Arrivando in auto dalla A8 Milano-Laghi :

Uscita Busto Arsizio, percorrere la superstrada (SS 336) per Malpensa , percorrerla fino all'uscita Busto Arsizio - Oleggio. Alla rotonda svoltare alla prima uscita a destra, (direzione Oleggio) poi svoltare subito a destra per Tornavento; allo stop girare a destra proseguire per circa 500 m e svoltare a sinistra (prima del sottopasso): percorrere la strada sterrata, che giunge al parcheggio del Centro Parco Dogana Austrungarica.

Arrivando in auto dalla A-4 Torino- Milano

Uscita Novara-Est; percorrere la S32 fino ad Oleggio; imboccare la SS 527 in direzione Lonate Pozzolo. Dopo aver raggiunto la rotonda di Tornavento, seguire le indicazioni Parco Ticino Centro Parco, svoltare alla 3ª strada a sinistra (prima di un sottopasso): percorrere la strada sterrata che giunge al parcheggio del Centro Parco Dogana Austrungarica

Arrivando in auto da Abbiategrasso - Vigevano

Seguire le indicazioni per Magenta e poi per Malpensa, imboccare la SS 336 fino all'uscita Oleggio, alla rotonda imboccare la 3ª uscita (direzione Oleggio), poi svoltare subito a destra per Tornavento; allo stop girare a destra proseguire per circa 500 m e svoltare a sinistra (prima del sottopasso): percorrere la strada sterrata, che giunge al parcheggio del Centro Parco Dogana Austrungarica.