



D-PROJECT ONLUS

Associazione di Volontariato
tra Persone con Diabete Mellito

Ambulatorio Diabetologia - Osp. S.Giuseppe MARINO (RM)



FITWALKING 2016

Passeggiate all'insegna del binomio
DIABETE e ATTIVITÀ FISICA

I gruppi saranno accompagnati da un
preparatore atletico abilitato

LA PARTECIPAZIONE È GRATUITA

Il percorso: giro del **LAGO di CASTEL GANDOLFO**

Mese	Data	Tutor
Maggio 2016	domenica 8	LAURA
	domenica 15	GIUSEPPE
	domenica 22	FEDERICA
	domenica 29	Non viene svolto
Giugno 2016	domenica 5	GIUSEPPE
	domenica 12	FEDERICA
	domenica 19	FEDERICA
	domenica 26	GIUSEPPE
Luglio 2016	domenica 3	GIUSEPPE
	domenica 10	GIUSEPPE

INFORMAZIONI TECNICHE

Durata percorso:
circa 2 ore

Lunghezza percorso:
circa 10 km

Consigliato:
abbigliamento sportivo
e scarpe da ginnastica

Ricordarsi di:
portare il glucometro
e lo zucchero!

Appuntamento: **ore 9,15** davanti alla sede del Centro CONI
via Spiaggia del Lago 3 - Castel Gandolfo (RM)

Puoi aderire all'iniziativa tutte le volte che vorrai.

Invia (SOLO a scopo organizzativo):

una mail a info@dprojectonlus.org oppure un FAX allo **06 94804068**

Nel caso ti fossi dimenticato di avvisare vieni lo stesso,
ti unirai al gruppo già costituito.