



CAI BERGAMO  
COMMISSIONE MEDICA



COMUNE DI  
COLZATE



COMUNE DI  
CENE



COMUNITA' MONTANA  
MEDIA VALLE SERIANA



GENTE DI  
MONTAGNA



35°

CAI GAZZANIGA - COMMISSIONE CULTURA

# CAMMINARE

PER STARE BENE

ASPETTI MEDICI, FISILOGICI, PSICOLOGICI E SPIRITUALI DEL CAMMINARE...

INTERVERRANNO:

**Dr. SILEO FULVIO - Dr. MALGRATI DANIELE - D.ssa FRECCHIAMI ANTONELLA**

**CON LA PARTECIPAZIONE DI ATLETI DI SPICCO**

sabato 16 maggio

## COLZATE

- ORE 14.00 RITROVO PRESSO LA CROCE VERDE (V.LE LOMBARDIA COLZATE)
- ORE 14.15 SALITA AL SANTUARIO (CON CARDIOFREQUENZIMETRI IN BASE ALLA DISPONIBILITA')
- ORE 15.00 S. PATRIZIO - (RELAZIONI MEDICHE)
- ORE 16.30 PAUSA THE
- ORE 16.45 RELAZIONE PSICOLOGICA E TESTIMONIANZE ATLETI
- ORE 18.00 RINFRESCO PER TUTTI I PARTECIPANTI



AIDO DI  
CENE



AVIS DI  
COLZATE



GAV  
VERTOVA



GRUPPO SPORTIVO DI  
SEMONTE



GRUPPO SPORTIVO  
MARINELLI DI COMENDUNO



SOCIETA' ITALIANA  
MEDICINA DI MONTAGNA



COMMISSIONE CENTRALE  
MEDICA C.A.I.