

FIAB Verona Amici della Bicicletta in collaborazione con il
Servizio Promozione Salute Dipartimento di Prevenzione ULSS 20

promuove l'iniziativa

PEDALA CHE TI PASSA

per prevenire e curare le varie patologie causate dalla sedentarietà:

**ipertensione arteriosa; malattie cardiovascolari, obesità, dislipidemie;
tumori; depressione e declino mentale dell'anziano; diabete**

Programma uscite 2015

8, 15, 22 e 29 aprile

6, e 13 maggio



Ritrovo e Partenza: ore 9 presso la sede

FIAB VERONA AdB P.zza S. Spirito 13 (incrocio Via Valverde Via Scalzi)

Iscrizione: gratuita ma obbligatoria. Info: In sede tel. 0458004443

L'attività dura circa 2,30 ore e si svolgerà il più possibile lungo percorsi con scarso traffico.
Le principali informazioni sulle regole di circolazione e i dettagli saranno illustrati direttamente ai partecipanti durante il primo incontro.

La bicicletta è "leggera", semplice da usare e poco costosa; aiuta le relazioni; si vedono e si apprezzano cose che altri non vedono; migliora l'umore e previene molte malattie importanti.

Più di così lei non può fare, il resto fatelo voi.