ARCHÈ

orientiamo l'educazione



INCONTRI IN CAMMINO 2

trekking urbani

Quando: ogni **lunedì** e **mercoledì,** dalle **17.30** alle **19.00**
data di presentazione e inizio **LUNEDì 23 Novembre**

Dove: si parte dallo Spazio Oltre, P.zzale Europa 11, Trento

Cosa: camminate nella zona urbana e peri-urbana

Come: vestiti comodi e scarpe da ginnastica

Meteo: gli incontri si svolgeranno in ogni condizione meteo

Offriamo uno spazio libero e gratuito in cui: allenarsi fisicamente, potenziare le autonomie negli spostamenti cittadini e nel vivere la natura, conoscere persone con cui fare attività divertenti

Durante gli incontri i e le partecipanti sperimentano attività motorie, esercizi pratici e momenti di gruppo che favoriscono **benessere, consapevolezza corporea e partecipazione attiva.**

Il percorso è guidato da:
Chiara Ioriatti: Accompagnatrice di media montagna;
Educatori e operatori **Arché;**
Paola Bertotti: psicologa dello sport.

Per info e prenotazioni scrivere a:
prenotazioni@arche-tn.it

In collaborazione con:

SPAZIO OLTRE

BENI COMUNI

COMUNE DI TRENTO

Con il sostegno di:

ITAS MUTUA L'assicurazione che ci unisce

AGENZIA TRENTO-VALLELAGHI