

TRIESTE IN MOVIMENTO

APRILE 2019

UN PROGETTO PER PROMUOVERE
STILI DI VITA SANI E LA CULTURA
DEL MOVIMENTO

IL PROGETTO

HA L'OBIETTIVO DI PROMUOVERE I PROGRAMMI DI ATTIVITÀ FISICA, SPORT E LA CULTURA DELLA SALUTE SVOLTI DA ASSOCIAZIONI, ISTITUZIONI, SOCIETÀ E FEDERAZIONI SPORTIVE SCOPO DI "ALLENARE" FASCE SEMPRE PIÙ AMPIE DELLA POPOLAZIONE

IL NETWORK

È NATO DALL'IMPEGNO DI PERSONE E ORGANIZZAZIONI CHE HANNO A CUORE IL BENESSERE DEI CITTADINI E SI PROPONE DI DIVENTARE UN SISTEMA AMPIO E CONDIVISO, AL SERVIZIO DELLA CITTÀ

L'AGENDA

È APERTO A TUTTE LE ASSOCIAZIONI CHE VOGLIONO CONDIVIDERE LE PROPRIE INIZIATIVE ED INSERIRLE NEL CALENDARIO SCRIVENDO A LUNGA VITA ATTIVA: INFO@LUNGAVITATTIVA.IT

CONTATTI PER INFORMAZIONI

G.S. TRIESTE ATLETICA

CLAUDIO STERPIN 338 2870218

G.S. TRIESTE ATLETICA

351 9016282 - info@triesteatletica.com

G.S. SAN GIACOMO

RUGGERO POLI 335 6510604

DOLCE CUORE

LUIGI GIAMPEDRONE 328 7516606

LUNGA VITA ATTIVA

PISCINA "BRUNO BIANCHI" 040 306024

LILT

(LUN-VEN 9.00-12.00) 040 398312

NORDIC WALKING I SENTIERI DEL

DEBORAH PIERAZZI 339 207 9748

WELLNESS WALKING

DAMJANA STRUKELJ 328 8655001

CUORE AMICO MUGGIA

MAURO FULVIO (mar-ven 10.30-12.00)

040 9881912

DISTRETTO 3

CONSUELO PASUTTO 335 6537071

consuelo.pasutto@asuits.sanita.fvg.it

ASSOCIAZIONE ARIS - CENTRO PER L'ANZIANO

(lun-ven 9.00-12.00) 040 2039713

ASSOCIAZIONE TAO

CORINNE 333 1094493 - segreteria@associazionetao.it

SOROPTIMIST CLUB TRIESTE

FABIENNE MIZHRAI 347 5277725

soroptimist.trieste@virgilio.it

MAR	MER	GIO	VEN	DOM
2	3	4	5	7
<p>Dolce Cuore Ore 09.00 Piazza 11 settembre Barcola - Miramare</p> <p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Gruppo Cammino ARIS Ore 08.30 Piazza Oberdan</p> <p>Gruppo Cammino Distretto 3 Ore 09.00 Parcheggio Obelisco - Napoleonica</p> <p>Ginnastica LILT Ore 19.00-20.00 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p>		<p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Soroptimist Club Trieste Camminata del Cuore Ore 10.00 Parco di Miramare</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>
9	10	11	12	14
<p>Dolce Cuore Ore 09.00 Piazza 11 settembre Barcola - Miramare</p> <p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Gruppo Cammino ARIS Ore 08.30 Piazza Oberdan</p> <p>Gruppo Cammino Distretto 3 Ore 09.00 Basovizza - Sentiero Ressel</p> <p>Ginnastica LILT Ore 19.00-20.00 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p>		<p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	<p>3° Trofeo Conad Marcia ludico - motoria a passo libero non competitiva, nordic walking, dog run Ore 08.00-11.30 Duino Prenotazione obbligatoria</p>
16	17	18	19	21
<p><i>Vedi programma martedì precedenti</i></p> <p>Tao Fit Ore 17.00-19.00 Via San Maurizio 11 Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Gruppo Cammino ARIS Ore 08.30 Piazza Oberdan</p> <p>Gruppo Cammino Distretto 3 Ore 09.00 San Giuseppe della chiusa - Pista Ciclabile</p> <p>Ginnastica LILT Ore 19.00-20.00 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Lunga Vita Attiva Le pillole Perché si invecchia? Ore 17.00-19.00 H2OpenSpace Piscina Bianchi</p>	<p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	
23	24	25	26	28
<p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>	<p>Ginnastica LILT Ore 19.00-20.00 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Gruppo Cammino Distretto 3 Ore 09.00 Muggia - Lungomare</p>		<p>Gruppo Cammino LILT Ore 15.00 Obelisco</p>	<p>Trieste Atletica MUJALONGA Ore 17.00 Porto San Rocco Muggia</p>
30				
<p>Dolce Cuore Ore 09.00 Piazza 11 settembre Barcola - Miramare</p> <p>Lunga Vita Attiva Nuoto Lento Ore 09.30-11.30 Piscina Bianchi</p> <p>Yoga LILT Ore 16.00-17.30 PalaTrieste Prenotazione obbligatoria</p> <p>Trieste Atletica Atletica per adulti Ore 16.30-17.30 Campo Cologna Prenotazione obbligatoria</p>				

ASSOCIAZIONI PARTNER

