



FITWALKING CON GUSTO

29-30 MARZO

MANZIANA RM, *Bosco di Manziana* (Lazio)

L'evento, organizzato dall'associazione *Tone* della presidente Patrizia Pellegrini, vuole promuovere il camminare come prima e meravigliosa palestra per il corpo umano. Nella **prima giornata** sarà organizzato un **Seminario Informativo** presso l'Aula Consiliare del Comune di Manziana, alle **ore 16:30**. Presente un medico sportivo, nonché l'istruttore di *Fitwalking* **Fausto Certomà**, la Naturopata Bioterapeuta Nutrizionale **Patrizia Pellegrini** e il campione **Raffaello Fabio Ducceschi**, specializzato nella marcia, classificatosi ai primi posti nella 50 km ai Mondiali di Roma del 1987.

Nella **seconda giornata**, appuntamento alle **ore 11:00** presso l'**entrata principale del Bosco di Manziana**, **tutti a camminare** nella meravigliosa cornice della **Macchia Grande** dove, su guida e stimolo del prof. Certomà, sarà possibile decidere di affrontare uno dei due percorsi stabiliti. Al termine della passeggiata nel bosco, un gustoso **punto ristoro** accoglierà i partecipanti con **prodotti tipici** gentilmente offerti da produttori locali. Il tutto supportato dalla **collaborazione** della rivista enogastronomica *ilPunto Magazine* e dalla sua sezione sportiva *ilPunto Wellness*, con i professori Luigi e Raffaella Del Re.

Info: 333.9995532 / www.associazione-tone.it