

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Al Parco Alto Milanese “Una palestra a cielo aperto 2023”

Carlo Vignati · Wednesday, June 14th, 2023

Arrivata al ventunesimo anno, **sabato 17 giugno alle 10.30** verrà inaugurata alla **Baitina del Parco Alto Milanese “Una palestra a cielo aperto 2023”**, iniziativa estiva che animerà le giornate dell’area verde compresa tra i comuni di Busto Arsizio, Castellanza e Legnano. Il progetto, promosso e finanziato dal Consorzio Parco Alto Milanese e gestito dall’associazione “Stare Bene Insieme Aps”, vedrà l’organizzazione delle attività di **ginnastica dolce da martedì 20 giugno alle 9.30 e proseguiranno fino al 22 settembre**.

Le attività sono aperte a tutte e tutti, a persone di qualsiasi età e grado di abilità motoria e sono completamente gratuite. Durante l’evento di presentazione delle attività sarà disponibile il **libro “A cielo aperto”** sull’esperienza ventennale di questa attività che «nel tempo si è rivelata veramente speciale ed efficace» commentano gli organizzatori.

Con il progetto “Una palestra a cielo aperto” l’obiettivo è quello di coinvolgere diverse fasce di cittadinanza e creare momenti di socializzazione, svago e coesione sociale soprattutto nel tempo estivo, quando i servizi e i riferimenti vengono meno. L’attività consiste nel fare ginnastica in gruppo ed approcciarsi all’educazione al movimento, creando le condizioni affinché si sviluppino rapporti e relazioni sociali tra le diverse persone, con la facilitazione degli istruttori e l’armonia del contesto nella natura che rende aperti e connessi ai nostri sensi.

Il progetto “Una Palestra a cielo aperto” è la conseguenza di una bella intuizione che coniuga nello stesso momento benessere e qualità della vita, ambiente naturale come risorsa aggregativa e culturale, sostegno e ascolto delle diverse fasce della popolazione.

This entry was posted on Wednesday, June 14th, 2023 at 2:26 pm and is filed under [Alto Milanese](#), [Altri](#), [Eventi](#), [Sport](#), [Weekend](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.