

# E...STATE IN CITTÀ 2009

## Iniziative per gli anziani

### **SERATE DI BALLO ALL'APERTO**

Piazza Il Regg. Alpini

*Sabato 27 giugno / 4 -11 luglio*

Monumento alla Resistenza

*Sabato 18 - 25 luglio / 1° e 8 agosto*

### **"MANTENERSI IN FORMA"**

**GINNASTICA DOLCE:** 10 lezioni bisettimanali della durata di un'ora ciascuna

**CORSO DI PING PONG:** 9 lezioni di un'ora ciascuna con torneo finale

**CAMMINARE È SALUTE:** gruppi guidati di cammino in collaborazione con L'ASL CN 1

### **ESCURSIONI**

**Sabato 27 giugno pista ciclabile "Parco Costiero del Ponente ligure"** dove passava la ferrovia

Passeggiata da San Remo ad Arma di Taggia, percorso facile e pianeggiante, attraversato da piccoli borghi costieri e costeggiato dal litorale mediterraneo con tratti suggestivi, unici e inaccessibili in altro modo.

**Prenotazioni entro il 24 giugno. Quota di partecipazione € 14,00**

### **"IL TRENINO ROSSO DEL BERNINA"**

**Sabato 22 agosto** partenza da Cuneo con sosta sul lago di Como per il pranzo e per una passeggiata sull'animata Piazza Cavour e sul lungolago. Nel pomeriggio trasferimento in hotel nella zona di Tirano per la cena e il pernottamento.

**Domenica 23 agosto**, dopo la prima colazione, partenza per St. Moritz, visita guidata alla famosa cittadina svizzera, pranzo in ristorante. Nel pomeriggio rientro con il famoso trenino del Bernina per un viaggio mozzafiato, cosa unica in Europa. Arrivo a Cuneo in serata.

**Prenotazioni entro il 7 agosto. Quota di partecipazione € 193,00**

### **INSIEME PER**

**Lunedì 29 giugno**

La 10<sup>a</sup> edizione dei Giochi della 3<sup>a</sup> Gioventù presso il Centro di Incontro di Confreria

**Mercoledì 26 agosto**

Una giornata di festa al REAL PARK

Per ulteriori informazioni  
e per le iscrizioni rivolgersi  
all'ufficio sito in

Via Roma, 2 (piano terra)

Tel. 0171 44.44.50 - CUNEO

