

INCONTRI PER LA SALUTE

Una comunità che cresce.



5 aprile • dalle 16 alle 20

6 aprile • dalle 9 alle 18

AULA DELLA PUBBLICA
ASSISTENZA

Via S. Lorenzo, 4
Sasso Marconi (BO)

DISTRETTO RENO-LAVINO-SAMOGGIA

2024

CORSO DI FORMAZIONE (WALKING LEADER)

CONDUTTORI DI GRUPPI DI CAMMINO

PER INFO E ISCRIZIONI

e-mail: giacomo.prosperi@ausl.bologna.it



VENERDÌ 5 APRILE 2024

- 16:00 Registrazione presenti, presentazione del corso e dei partecipanti • **G. Astorino**
- 16:45 Il walking leader e il gruppo di cammino • **L. Maietta**
- 18:00 Pausa attiva
- 18:10 Come avviare un gruppo di cammino • **L. Maietta**
- 18:45 I benefici dell'attività fisica e del movimento • **M. Liberti, G. Astorino**

SABATO 6 APRILE 2024

- 09:00 Codice della strada • **C. del Percio, F. Melloni**
- 09:45 Tutele assicurative e norme legali • **P. Caputo**
- 10:30 Leadership del walking leader • **M. Colaninno**
- 11:30 Pausa attiva
- 11:40 Primo soccorso • **D. Bottazzi**
- 13:00 Pausa Pranzo
- 14:00 Attivazione e risveglio • **O. Pesci, G. Prosperi**
- 14:30 Esercitazione
- 16:00 Parte pratica con camminata
- 17:30 Consegna attestati e saluti