



Fitwalking for **AIL** 2024

Camminata solidale non competitiva

Siracusa
Ortigia



Sulle strade di
**archi
mede**



DOMENICA 06 OTTOBRE 2024

Ore 09,00 Raduno presso Largo XXV Luglio

Domenica 06 ottobre si svolgerà a Siracusa la Fitwalking for AIL, la camminata solidale non competitiva organizzata per raccogliere fondi a sostegno dei progetti dell'Associazione in favore della Ricerca e dell'assistenza ai pazienti con tumori del sangue e ai loro familiari.

Per l'ottava edizione si tornerà a camminare, da nord a sud, in tante **città italiane**, a partire dalle date nazionali del 28-29 settembre 2024.

Iscriviti * alla Fitwalking for AIL 2024, scegli di sostenere i progetti di Ricerca e Assistenza di AIL in favore dei pazienti ematologici e camminiamo insieme.

Sarà una grande festa, dove la cosa più importante è partecipare!!! in cui potrai anche farti testimone di solidarietà postando sui canali social di AIL una foto o un video con l'hashtag #versonuovitrageardi.

*** Quota d'iscrizione solidale 10,00 euro.**

Cos'è il Fitwalking

Il fitwalking è una forma di praticare il cammino che ne evidenzia tutte le potenzialità. Il termine inglese significa letteralmente "camminare per la forma fisica"; è il denominatore comune per tutte le attività motorio-sportive, per il tempo libero e per il relax, per il divertimento, per il fitness, per la salute e per il benessere.

I buoni motivi per praticare il fitwalking sono tanti e si possono trovare motivazioni e stimoli che coinvolgono tutti verso tale pratica. Innanzitutto però il fitwalking si pone come un'attività alla portata di tutti.

Avvicinarsi alla tecnica del fitwalking significa pertanto rendere il modo di camminare sufficientemente efficace da potersi muovere ad una elevata velocità mantenendo una gestualità naturale.

UNISCITI A NOI NELLA LOTTA CONTRO I TUMORI DEL SANGUE!

INFO E ISCRIZIONI: VIA PIAVE,103 – cell. 3396948141 – e-mail: ail.siracusa@ail.it

Da Lunedì a Sabato dalle ore 09,00 alle 12,00 e dalle ore 16,00 alle 19,00.