

## AICS COMITATO PROVINCIALE BOLOGNA

PARCO DEI GIARDINI Q.RE NAVILE

"YOGA MULTILIVELLO"

da Maggio a Giugno Mar/Ven dalle 17.00 alle 18.00,  
da Luglio in poi Mer/Ven dalle 18.00 alle 19.00

PARCO DELLA MONTAGNOLA Q.RE SAN VITALE

"CALCIO CAMMINATO"

Lunedì dalle 11.00 alle 12.00 e Mer/Ven dalle 15.00 alle 16.00

GIARDINO ALESSANDRINI Q.RE SAVENA

"YOGA NELLA NATURA"

Lunedì dalle 19.00 alle 20.00, Giovedì dalle 11.00 alle 12.00

GIARDINO PARKER LENNON Q.RE SAN DONATO

"CORPO IN ARIA" Esercizi di Respirazione e di Rilassamento

Venerdì dalle 18.00 alle 19.00

PARCO EX CAVA BRUSCHETTI Q.RE BORGO PANIGALE

"ROCHI GIÒ" Attività propedeutica alla box

Lunedì dalle 18.00 alle 19.00

## ASI COMITATO PROVINCIALE BOLOGNA

PARCO GIARDINO EX VELODROMO Q.RE PORTO

TAI-CHI e GI GONG

Lun/Mer 07.30-08.30

PARCO VILLA ANGELETTI Q.RE NAVILE

TAI-CHI e GI GONG

Lun/Ven 19.00-20.00

## ASSOCIAZIONE BORGO ALICE

PARCO LUNGO RENO, PARCO CITTÀ CAMPAGNA,  
PARCO DEI BAMBÙ, PARCO DEI NOCI Q.RE BORGO RENO

"CAMMINAR M'È DOLCE E SALUTAR"

Mercoledì dalle 9.00 alle 11.00 - Venerdì dalle 17.30 alle 19.30

## BUDOKAN INSTITUTE ASD

PARCO MELLONI Q.RE SARAGOZZA

"YOGA NEL PARCO"

nel mese di Maggio mar/gio dalle 18 alle 19,00  
dal mese di Giugno mar/gio dalle 18,30 alle 19,30

## CIRCOLO RONDONE

PARCO NICHOLAS GREEN Q.RE RENO

"HAPPY YOGA"

Mar/Gio dalle 18.00 alle 19.00

## CCSVI NELLA SCLEROSI MULTIPLA ONLUS

GIARDINI MARGHERITA Q.RE S.STEFANO

"YOGA... AL PARCO"

Mar/Ven dalle 19.00 alle 20.00

## CORRI CON NOI ASD

PARCO DEI NOCI Q.RE BORGO RENO

"CON NOI A SPASSO PER LA SALUTE"

Mar/Gio dalle 17.30 alle 19.30

Il Progetto "PARCHI IN MOVIMENTO" per facilitare la sana abitudine al movimento prevede una serie di attività motorie **gratuite** da tenersi all'interno dei parchi cittadini, in un ambiente sano e gradevole a contatto con la natura. **Dal 16 Maggio al 9 Ottobre in orari prefissati ed ampiamente articolati**, chiunque si presenti, dal bambino al meno giovane, potrà trovare una persona esperta, proveniente da varie società ed Enti di promozione sportiva, in grado di offrire consigli per iniziare a praticare attività motoria all'aperto e trascorrere in compagnia un'ora da dedicare al proprio benessere fisico.

L'iniziativa organizzata in collaborazione con AUSL di Bologna, Dipartimento di Sanità Pubblica, si propone di contribuire alla promozione di uno stile di vita sano e di contrastare i rischi derivanti dalla sedentarietà.

Per partecipare ai corsi è indispensabile dotarsi di copertura assicurativa, attraverso l'adesione alle società/Enti di promozione sportiva proponenti, corrispondendo una tantum la quota richiesta.

## CONTATTI

AICS Comitato Provinciale Bologna	
"ROCHI GIO" E "CORPO IN ARIA" .....	324 9245255
"CALCIO CAMMINATO" .....	392 1264323
"YOGA NELLA NATURA" .....	339 5461755 - 334 3093058
"YOGA MULTI LIVELLO" .....	328 8644967
ASI Comitato Provinciale Bologna .....	349 0987328
BORGO ALICE Associazione .....	335 6166096
BUDOKAN Institute ASD .....	051 6147431 - 347 4522497
Circolo RONDONE .....	339 7222854
CORRI CON NOI ASD .....	335 8368943
CCSVI - Nella Sclerosi Multipla Onlus .....	327 8573730
Fondazione Per Lo Sport - SILVIA RINALDI ONLUS ....	333 5897689
Scuola di Yoga Tripura Sundari - MATANGI APS .....	334 3990576
M'OVER WALKING ASD .....	335 7853622
Polisportiva PONTEVECCHIO ASD .....	051 6231630
Polisportiva SAN DONNINO ASD .....	329 4126521
SLACKLINE ASD .....	333 4516796

## INFO

[www.comune.bologna.it/sport](http://www.comune.bologna.it/sport)

051 2194679 - 4753



Comune di Bologna



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche  
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



Benessere  
è Bologna

# parchi in movimento

2016

16 Maggio - 9 Ottobre

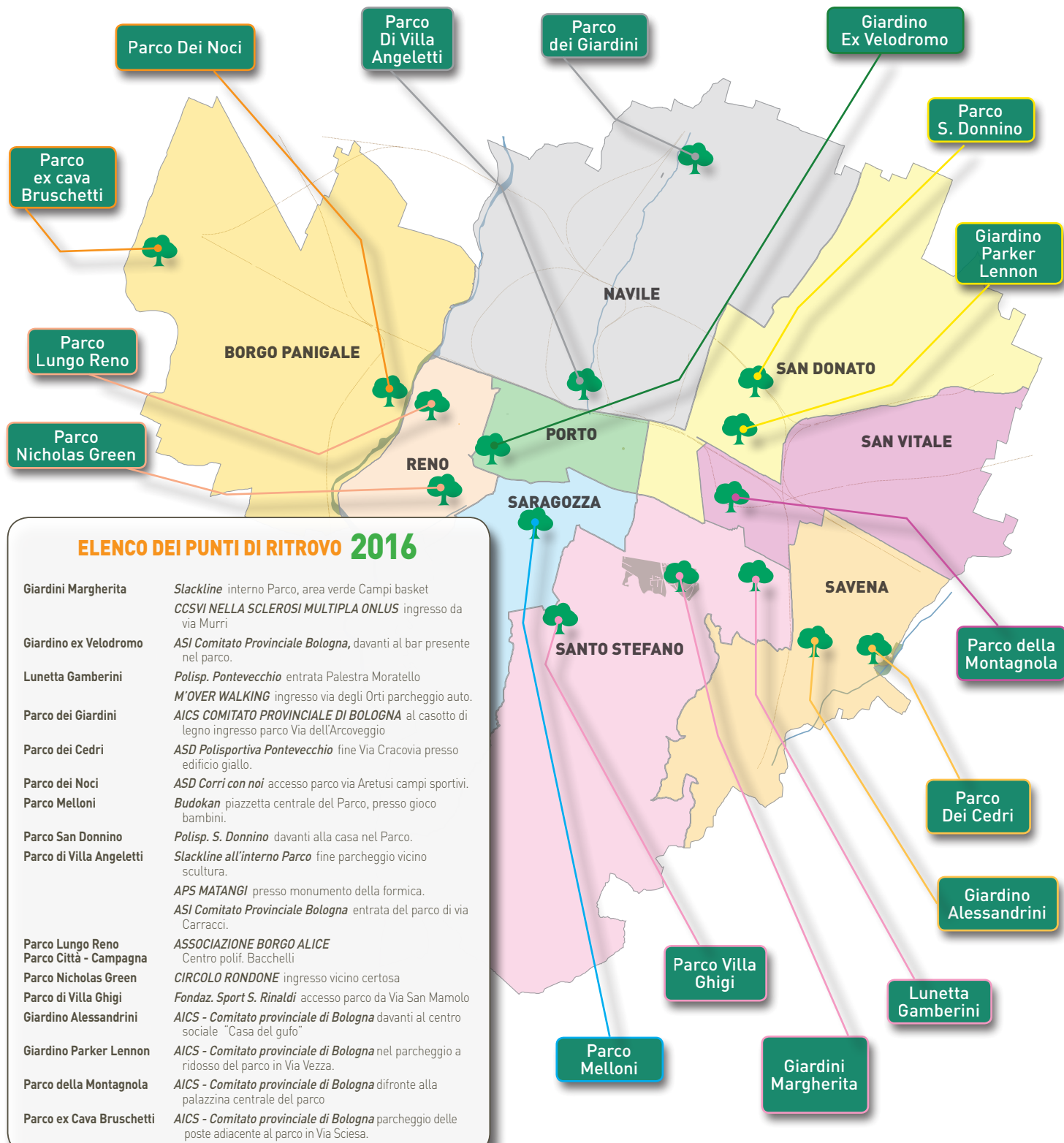
A cura di:

Area Benessere di Comunità  
U.I. Sport

Un'opportunità gratuita  
per fare movimento nei parchi  
e giardini cittadini



[www.comune.bologna.it/sport](http://www.comune.bologna.it/sport)



## FONDAZIONE PER LO SPORT SILVIA RINALDI ONLUS

VILLA GHIGI Q.RE SANTO STEFANO  
**"IN CAMMINO PER LA SALUTE E IL BENESSERE" NORDIC WALKING**  
 mart/gio dalle 17,30 alle 19.30

## SCUOLA DI YOGA TRIPURA SUNDARI - MATANGI APS

VILLA ANGELETTI Q.RE NAVILE  
**"YOGA NEL VERDE: UN OASI DI PACE NELLA CITTÀ"**  
 Lunedì dalle 17.30 alle 19.00, Venerdì dalle 09.30 alle 11.00

## M'OVER WALKING

LUNETTA GAMBERINI Q.RE S.STEFANO  
**"MUOVERSI INSIEME... A PASSO DI NORDIC WALKING"**  
 Martedì dalle 17.30 alle 19.00, Sabato dalle 10.00 alle 11.30

## POLISPORTIVA PONTEVECCHIO ASD

PARCO DEI CEDRI Q.RE SAVENA  
**GINNASTICA DOLCE, STRETCHING E CAMMINATA**  
 Lun/mer dalle 18.00 alle 19.00

GIARDINO LUNETTA GAMBERINI Q.RE SANTO STEFANO  
**GINNASTICA DOLCE, STRETCHING E CAMMINATA**  
 Lunedì (Maggio) dalle 10.00 alle 11.00  
 da Giugno a Ottobre Lun/Mer dalle 09.00/10.00

## POLISPORTIVA SAN DONNINO ASD

PARCO SAN DONNINO Q.RE SAN DONATO  
**GINNASTICA DOLCE**  
 fino al 28/08 Mar/Gio dalle 18.00 alle 19.00 e dalle 19.00 alle 20.00  
 dal 29/08 al 09/10 Mar/Gio dalle 17.30 alle 18.30 e dalle 18.30 alle 19.30

## SLACKLINE ASD

PARCO VILLA ANGELETTI Q.RE NAVILE  
**BILANCIAMENTO DINAMICO SU FETTUCCIA**  
 Giovedì 18.30/21.30

GIARDINI MARGHERITA Q.RE SANTO STEFANO  
**BILANCIAMENTO DINAMICO SU FETTUCCIA**  
 Mercoledì 18.30/21.30



Comune di Bologna  
 Area Benessere di Comunità  
 U.I. Sport



**PARCHI IN MOVIMENTO**

### ELENCO DEI PUNTI DI RITROVO 2016

Giardini Margherita	Slackline interno Parco, area verde Campi basket CCSVI NELLA SCLEROSI MULTIPLA ONLUS ingresso da via Murri
Giardino ex Velodromo	ASI Comitato Provinciale Bologna, davanti al bar presente nel parco.
Lunetta Gamberini	Polisp. Pontevecchio entrata Palestra Moratello M'OVER WALKING ingresso via degli Orti parcheggio auto.
Parco dei Giardini	AICS COMITATO PROVINCIALE DI BOLOGNA al casotto di legno ingresso parco Via dell'Arcoveggio
Parco dei Cedri	ASD Polisportiva Pontevecchio fine Via Cracovia presso edificio giallo.
Parco dei Noci	ASD Corri con noi accesso parco via Aretusi campi sportivi.
Parco Melloni	Budokan piazzetta centrale del Parco, presso gioco bambini.
Parco San Donnino	Polisp. S. Donnino davanti alla casa nel Parco.
Parco di Villa Angeletti	Slackline all'interno Parco fine parcheggio vicino scultura. APS MATANGI presso monumento della formica. ASI Comitato Provinciale Bologna entrata del parco di via Carracci.
Parco Lungo Reno	ASSOCIAZIONE BORGOPANIGALE
Parco Città - Campagna	Centro polif. Bacchelli
Parco Nicholas Green	CIRCOLO RONDONE ingresso vicino certosa
Parco di Villa Ghigi	Fondaz. Sport S. Rinaldi accesso parco da Via San Mamolo
Giardino Alessandrini	AICS - Comitato provinciale di Bologna davanti al centro sociale "Casa del gufò"
Giardino Parker Lennon	AICS - Comitato provinciale di Bologna nel parcheggio a ridosso del parco in Via Vezza.
Parco della Montagnola	AICS - Comitato provinciale di Bologna di fronte alla palazzina centrale del parco
Parco ex Cava Bruschetti	AICS - Comitato provinciale di Bologna parcheggio delle poste adiacente al parco in Via Sciesa.