

COMUNICATO STAMPA

WALKING LIFE in SANT'UBALDO

lungo la Riva dell'Arno

**Domenica 20 aprile 2018 a Pisa, per la Fiera di Sant'Ubaldo si terrà la I°
CAMMINATA SPORTIVA NON COMPETITIVA di SANT'UBALDO.**

WALKING LIFE (progetto sportivo realizzato dall'A.S.D. ARCADIA di Pisa facendo del CAMMINARE tramite la pratica sportiva non competitiva, adottando il LIFE STYLE; uno strumento di self-empowerment dove il Movimento consapevole, la Meditazione- il Viaggio, favoriscono l'approccio olistico alla Disciplina) dove la sua naturale Palestra OUTDOOR è il VIALE DELLE PIAGGE a PISA, presenta la **I EDIZIONE di camminata sportiva non competitiva di SANT'UBALDO**. L'evento si pone **l'obiettivo di amalgamare l'amore per il territorio, il paesaggio e i viaggi esperenziali**, promuovendo una cultura della vita di tutti i giorni in cui essere in armonia con il proprio corpo, con la propria mente, con la natura e con gli altri

La camminata è arricchita da una SESSION di QIGONG tenuta dalla Prof.ssa Elena Bizzarri.

Il percorso si snoderà lungo la pista pedonale della riva dell'Arno, **partenza alle 09.30 dal Bar Salvini**, percorreremo la Fiera e arriveremo fino a Zambra, passando il ponte ritorneremo a Pisa sempre sulla sponda dell'Arno.

Percorso: facile di circa 23 Km

Abbigliamento: comodo, scarpe da ginnastica, cappello. Portare pranzo al sacco

Rientro previsto: ore 16:30 circa

Con calma si cammina, nella natura. Previste soste, pause. Andamento lento.

Info : Associazione Arcadia www.asdarcadia.com FB Walking Life (info@arcadiapisa.it)



Esserci per condividere un'esperienza di Cammino e di Viaggio