



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

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



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

NAVILE RUNNING CREW

Tracciare nuove rotte: Percorsi di Corsa, Cammino e Benessere Outdoor per Adolescenti

Un'esperienza di gruppo per rimettere in moto il corpo, la mente e le relazioni. Un percorso gratuito di attivazione fisica outdoor che unisce la corsa e il cammino a tecniche di regolazione emotiva, consapevolezza e promozione della socializzazione.

Lunedì 5 Ottobre
ore 15:00

Ritrovo: Ingresso Casa della Salute Navile
via Svampa 8, Bologna

Non è richiesta particolare preparazione atletica.

Il percorso a seguire si articolerà tutti i lunedì ed i giovedì, dalle 15.30 alle 17.00 e ha come obiettivo finale la partecipazione collettiva ad una manifestazione podistica (Strabologna)

L'evento è gratuito e aperto a tutte e tutti.

Per informazioni: navilerunning@ausl.bologna.it

Giornata Mondiale

**SALUTE
MENTALE**

2 0 2 6



**PROGRAMMA
E REGISTRAZIONI**

