



SUNSET RUN&WALK

Allenamento, con distanziamento, di corsa e camminata

Venerdì 21 agosto 2020
partenza e arrivo

MOLO DI PIETRA LIGURE
Lungomare XX Settembre, Bagni Bar Giardino

ore 18.00 **PROGRAMMA**
TURBO BABY
Corsa di 200 mt. aperta ai bimbi fino ai 12 anni

ore 18.30
Corsa e camminata di 60 minuti
Lungomare XX Settembre, Bagni Bar Giardino

ore 19.30
Stretching con Marzia (consigliato il tappetino)
MOLO DI PIETRA LIGURE

Si torna a correre
Secondo le normative vigenti in tema di COVID-19
- Obbligatorio l'uso della mascherina prima e dopo l'allenamento
- Distanziamento sociale di 2 mt. durante l'attività sportiva

INFO ed ISCRIZIONI: Via G.S. Montaldo 22 - PIETRA LIGURE (SV)
Tel. 019.6898607 - info@runrivierarun.it
PARTICIPAZIONE A OFFERTA LIBERA PER IL PROGETTO SOCIALIZZAZIONE E BENESSERE

ORGANIZZAZIONE
A.S.D. Run Riviera Run

www.runrivierarun.it

La SUNSET RUN&WALK fa parte del Progetto Asd RunRivieraRun “Pietra Ligure Wellns”.

Venerdì 17 luglio e Venerdì 21 agosto “il canto del gallo” lascerà il posto alle Sunset Run&Walk dove si correrà e si camminerà per un’ora (sessanta minuti) al calar del sole e si farà, a seguire, stretching sul Molo di Pietra. Partenza ore 18.30

Le Sunset Run&Walk saranno precedute da una sfida di 200 mt. aperta ai bimbi fino ai 12 anni.

Tutti gli eventi di Pietra Ligure Wellness si svolgeranno sul Lungomare e sul Molo di Pietra Ligure.