

**“Fitness e Sport all'aperto” GRATUITO. All'interno della programmazione di RIVOLI BEACH, fino al 25 LUGLIO 2021**

Nelle Aree Verdi e nei Parchi di Rivoli. Tanto fitness per pensare al benessere e scoprire il territorio. In collaborazione con alcune Palestre e Associazioni sportive della Città, ci saranno molteplici appuntamenti gratuiti che coinvolgeranno le aree verdi e attrezzate della Città, la Collina Morenica e il Parco San Grato.

GIORNO	ORARIO	RITROVO	TIPO ATTIVITA'	ASSOCIAZIONE SPORTIVA - PALESTRA	RECAPITO REFERENTE	note
<b>giovedì 1/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>giovedì 1/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>lunedì 5/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>martedì 6/07/21</b>	ore 18,30-20	Ritrovo Piazzale del Castello (rotonda Corso Al Castello/Viale Papa Giovanni XXIII)	Fitness outdoor	CrossFit Sabaudia di Grugliasco	345/5840243 email: crossfitsabaudia@gmail.com	
<b>martedì 6/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>mercoledì 7/07/21</b>	ore 18,30-20	ritrovo Giardini "Dalla Chiesa" via Montenero	nordic walking	ASD IRIDE	3398822333 email: info@irideasd.it	
<b>giovedì 8/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>giovedì 8/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>lunedì 12/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>martedì 13/07/21</b>	ore 18,30-20	Ritrovo Piazzale del Castello (rotonda Corso Al Castello/Viale Papa Giovanni XXIII)	Fitness outdoor	CrossFit Sabaudia di Grugliasco	345/5840243 email: crossfitsabaudia@gmail.com	
<b>martedì 13/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>mercoledì 14/07/21</b>	ore 18,30-20	ritrovo Giardini "Dalla Chiesa" via Montenero	nordic walking	ASD IRIDE	3398822333 email: info@irideasd.it	
<b>giovedì 15/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>giovedì 15/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>lunedì 19/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>martedì 20/07/21</b>	ore 18,30-20	Ritrovo Piazzale del Castello (rotonda Corso Al Castello/Viale Papa Giovanni XXIII)	Fitness outdoor	CrossFit Sabaudia di Grugliasco	345/5840243 email: crossfitsabaudia@gmail.com	
<b>martedì 20/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.
<b>mercoledì 21/07/21</b>	ore 18,30-20	ritrovo Giardini "Dalla Chiesa" via Montenero	nordic walking	ASD IRIDE	3398822333 email: info@irideasd.it	
<b>giovedì 22/07/21</b>	ore 18,30-19,30	ritrovo Piazza Aldo Moro (chiosco Smat)	camminata veloce	ASD IRIDE	3398822333 email info@irideasd.it	
<b>giovedì 22/07/21</b>	ore 18-20	Area Verde nei pressi di Rivoli Beach, via Pisa	tecnofitness EMS	ASD TOP 20 TECNOFITNESS di Avigliana	3391668494 / 3714741340	L'attività è individuale (15 minuti a persona) e prevede di indossare una tuta apposita con elettrostimolatori che fornisce l'Associazione. Le persone devono avere sotto la tuta una t-shirt, un paio di pantaloni aderenti tipo fuseaux e un paio di scarpe da ginnastica, se hanno un tappetino per gli esercizi a terra è meglio.

NOTA BENE: si invitano le persone interessate alle attività sportive a contattare le associazioni o palestre per prenotare o ricevere informazioni dettagliate in merito alle attività proposte e la conferma di orari e locations.

A carico delle associazioni/palestre eventuali assicurazioni e responsabilità in merito alla normativa Covid.