BERGAMONEWS
QUOTIDIANO ON-LINE

Published on *Bergamonews - Quotidiano online di Bergamo e Provincia* (http://www.bergamonews.it)

Bergamo
Occhiello:
Mercoledì 15 luglio al Parco della Trucca è in programma il secondo appuntamento de "Il parco della salute", con attività sportive, consulenza gratuita di medici della medicina dello sport e show cooking per la preparazione di ricette sane.

Sport, salute e benessere: nuovo appuntamento al Parco della Trucca

Tweet

Mercoledì 15 luglio al **Parco della Trucca** è in programma il secondo appuntamento de **"Il parco della salute", l**'iniziativa che propone corsi di cucina e attività sportive per una vita sana e per la prevenzione delle malattie oncologiche.

Per l'occasione, a partire dalle 18, sarà possibile cimentarsi in attività sportive aperte a tutti: yoga, ginnastica dolce metodo feldenkrais e nordic walking, con consulenza gratuita di medici della medicina dello sport dell'azienda ospedaliera "Papa Giovanni XXIII" di Bergamo.

A seguire, alle 19.30, si potrà partecipare a uno show cooking, dedicato alla preparazione di ricette sane, con suggerimenti del medico nutrizionista. Infine, sarà possibile fermarsi a cena.

Questo secondo appuntamento de "Il parco della salute" fa seguito a un primo analogo incontro, tenuto lo scorso 17 giugno. Un'ulteriore data è in programma domenica 13

settembre quando, dalle 10.30, sarà possibile praticare attività sportive aperte a tutti (tai chi e nordic walking) con consulenza gratuita di medici della medicina dello sport dell'azienda ospedaliera di Bergamo, con successivo show cooking a partire dalle 11.30, sempre dedicato alla preparazione di ricette sane e suggerimenti del medico nutrizionista.

A seguire, sarà possibile prendere parte al "Pranzo della salute" (ad iscrizione perchè i posti sono limitati). L'iniziativa è promossa da A.O.B. onlus - Associazione oncologica bergamasca, in collaborazione con l'azienda ospedaliera "Papa Giovanni XXIII" di Bergamo - Sistema sanitario della Regione Lombardia e con il patrocinio del Comune di Bergamo - Città dei Mille.

Per avere ulteriori informazioni: http://www.extateallatrucca.it/event/il-parco-della-salute/#sthash.oMyT4jX3.dpuf

Martedì, 14 Luglio, 2015
Autore: Redazione Bergamonews

Source URL: http://www.bergamonews.it/cultura-e-spettacolo/sport-salute-e-benessere-nuovo-appuntamento-al-parco-della-trucca-206156