



MOVE Week

Comune di Vinovo



FlashMOVE

23 Maggio 2016

h. 16.30

**Appuntamento in
PIAZZA REY - FRONTE CASTELLO**

per il grande **Flash MOVE Italiano**, evento di lancio e apertura della **MOVE Week 2016**, che si svolgerà in contemporanea in decine di città italiane.





Comune di Vinovo



MOVE Week

*Sport per tutti, Salute di
cittadinanza*

29 MAGGIO 2016



Stampato in proprio - ufficio manifestazioni - maggio 2016

CICLOPEDONANDO

edizione 2016

Ritrovo ore 9.00 - Piazza Rey

**Pedalata ecologica verso il
Parco Naturale di Stupinigi**

Sosta al Castello di Parpaglia
possibilità di acquisto prodotti locali

Ricordi quando l'esercizio fisico era puro divertimento? Può essere di nuovo così se ti unisci a noi, e alle milioni di persone in tutta Europa, per la MOVEWeek 23-29 maggio 2016. Durante la MOVEWeek riscoprirai il divertimento di correre, saltare, scalare, danzare e di essere attivi insieme. Trova sul sito www.italy.moveweek.eu l'evento, il gruppo, la squadra, lo sport o l'attività a te più vicini, e partecipa anche tu.



Join us at:
MOVEWEEK.EU



Ciclopeditore
a Vinovo





PICNIC AL PARCO

- ore 12,00: APERTURA DEL PARCO E
ALLESTIMENTO DEL PIC-NIC
- ore 12,30: "IL PARCO DEL CASTELLO" -
RACCONTO DI GERVASIO CAMBIANO
- ore 14,00: "I GIOCHI DI UNA VOLTA"
- ore 15,00: CACCIA AL TESORO NEL PARCO
- ore 16,00: LA STORIA DEL CASTELLO PER I
BAMBINI - VISITA GUIDATA
- ore 18,30: CHIUSURA DEL PARCO

29 MAGGIO 2016

PARCO DEL CASTELLO DELLA ROVERE
INGRESSO DA PIAZZA REY - VINOVO



:facebook.com/progettincomune



:progettincomune@gmail.com



Join us at:
MOVEWEEK.EU

IN COLLABORAZIONE CON

ALCUNI SEMPLICI CONSIGLI:

- SE RIESCI RAGGIUNGI IN BICI O A PIEDI;
- PREDILIGI STOVIGLIE IN VETRO E CERAMICA, RISPETTO QUELLE IN PLASTICA;
- NON DIMENTICARE UNA BUSTA PER LA SPAZZATURA;
- ... E I SACCHETTI PER LE DEIEZIONI DEL TUO CAGNOLINO;
- OLTRE AL PRANZO, PORTA ANCHE LA MERENDA!

IN CASO DI MALTEMPO L'EVENTO VERRA' ANNULLATO

KIMONO DAY 2016

La palestra Ten Say Vinovo organizza il **KIMONO DAY**,
un'intera giornata all'insegna del karate,
giochi e tanto divertimento con i tuoi amici!

Domenica 29/5/2016
presso la palestra scuola media
"Gioanetti" di VINOVO
- ritrovo ore 9.45 -

programma del Kimono Day:

- Ore 10.00 Saluto in Kimono, corsa e riscaldamento nel verde del parco "Chisola";
- Ore 10.30 Trasferimento in palestra per allenamento di Kumite;
- Ore 11.30 Lezioni teoriche sul karate "terminologia" e armi del Kobudo;
- Ore 12.15 Trasferimento al Parco del Castello Della Rovere per il pranzo al sacco;
- Ore 13.15 Spazio giochi di gruppo all'esterno;
- Ore 14.00 Fotografie dinamiche di Karate;
- Ore 14.30 Trasferimento alla scuola Gioanetti per lezioni teoriche di arbitraggio del Kata - Kumite, e gara applicativa;
- Ore 15.30 Allenamento di KOBUDO;
- Ore 16.30 Allenamento di kata con applicazione;
- Ore 17.15 Saluto e foto di gruppo all'esterno.

