

organizza:

SABATO 3 OTTOBRE 2026

NONNI e NIPOTI **in MARCIA** ♥ **2026**

Marcia di Regolarità a coppie

**Gara Ludico motoria,
riservata alla terza età
(Nonni in coppia
con propri nipoti)**

Info: www.gsmarinelli.it
o Armando 339 896 4508



***(buona occasione per
scoprire questo sport)***

La marcia di regolarità è un'attività escursionistica che si pratica su sentieri collinari o montani, con l'obiettivo di mantenere un passo costante per tutto il percorso. È un ottimo modo per mantenersi in forma, unendo l'impegno fisico al piacere della natura. Può essere praticata a livello amatoriale oppure, per chi lo desidera, anche in ambito agonistico. È **un'attività adatta a tutti**, dai 10 ai 90 anni. Ogni anno si disputano circa 20-25 gare, comprese competizioni regionali e nazionali, soprattutto in Lombardia, Piemonte e Veneto.