



FIAB • Amici della Bicicletta per una città possibile - onlus
Via Spagna, 6 - 37123 Verona
Telefono-Fax 045 8004443
P.IVA 02079650236
sede@amicidellabicicletta.it - www.amicidellabicicletta.it



Gli Amici della Bicicletta in collaborazione con il
Dipartimento di Prevenzione ULSS 20 Regione Veneto
promuovono l'iniziativa

PEDALA CHE TI PASSA

per prevenire e curare le varie patologie causate dalla sedentarietà:

- ipertensione arteriosa;
- malattie cardiovascolari, obesità, dislipidemie;
- tumori;
- depressione e declino mentale dell'anziano;
- diabete

Programma uscite 2011

6-13-20- aprile
4-11-18-25 maggio
1 giugno

ritrovo e partenza: ore 9,00 presso la sede AdB via Spagna 6 (quartiere S. Zeno- Orti di Spagna)
iscrizione: gratuita ma obbligatoria; **info:** presso sede AdB via Spagna 6 tel. 0458004443
L'attività dura circa 2,30 ore e si svolgerà il più possibile lungo percorsi con scarso traffico.
Informazioni sulle regole di circolazione e dettagli saranno illustrati direttamente ai partecipanti dopo il primo incontro.



La bicicletta è "leggera", semplice da usare e poco costosa; aiuta le relazioni; si vedono e si apprezzano cose che altri non vedono; migliora l'umore e previene molte malattie importanti.

Più di così lei non può fare, il resto fatelo voi.