



**GRUPPO FITWALKING**  
Vivifitwalking **2025**  
ISTRUTTORE  
Rosa Dimaria  
Fausto Zola

# FITWALKING

metodo MAURIZIO DAMILANO  
la camminata sportiva adatta a  
tutti



**Vuoi imparare la tecnica  
del FITWALKING?**

segnate la data:

**Lunedì 28 Aprile 2025**

nuovo corso base  
al Parco Tarello  
ore 19



**Con il Fitwalking:**

- si diventa sportivi veri
- si ottengono benefici per l'apparato cardiocircolatorio
- si prevengono e combattono i disturbi metabolici
- si combatte lo stress
- si tonifica la muscolatura del corpo
- si dimagrisce



**Per info:**

**Istruttore Fidal Fitwalking**  
**ROSA DIMARIA tel: 333/8073179**  
**mail: [info@vivifitwalking.it](mailto:info@vivifitwalking.it)**

