



Iniziative
Mortegliano



La Ginnastica Che Cammina®



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA



FVG in Movimento

10mila PASSI di salute

muoviti anche tu!

LE PASSEGGIATE DELLA SALUTE

Passeggiata guidata sul percorso

“Anello del Cormor” di Mortegliano

Sabato 12 settembre 2026, ore 8.30

ritrovo in via Tomba, area Festeggiamenti Settembrini Mortegliano

L'Amministrazione Comunale di Mortegliano, in linea con il **Piano Comunale di Prevenzione**, promuove il **“Weekend della SALUTE in MOVIMENTO - 2026”**, con il sostegno della Regione FVG – Direzione Centrale Salute, la collaborazione di Federsanità ANCI FVG, d'intesa con ANCI FVG, il Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale, le Associazioni locali e i Gruppi di cammino.

L'evento si apre alle **ore 9.00** con l'intervento del **dott. Giorgio Siro Carniello** sul tema **“Salute e Movimento – Buone pratiche per una comunità attiva, senza età”**. A seguire, alle **ore 9.30**, il gruppo partirà insieme lungo l’**“Anello del Cormor”** e sarà guidato dal **dott. Nadj Prima**, laureato in Scienze Motorie, che curerà, nelle tappe del percorso, la pratica di alcuni semplici esercizi di attività fisica. Durante la camminata sarà presente, in collaborazione, l'istruttrice **Nadia di GYMCA – La Ginnastica che Cammina®** (attività riconosciuta CONI/CSEN).

Al termine, il **momento del ristoro** proporrà un menù a valenza nutrizionale equilibrata: perché **prendersi cura di sé continua anche a tavola**.

L'ISCRIZIONE è gratuita e necessaria entro l'8 settembre 2026 tramite:

- link: <https://forms.gle/sRRqqRgegivPzrUJ6>

- QR Code:

fino ad esaurimento dei posti disponibili

Per ulteriori informazioni:

<https://federsanita.anci.fvg.it/progetti>

<https://www.facebook.com/FVGinMovimento10milapassidisalute>

<https://www.invecchiamentoattivo.regione.fvg.it>

<https://www.comune.mortegliano.ud.it>



Seguici su: Internet: www.regione.fvg.it; Facebook: [regione.fvg.it](https://www.facebook.com/regione.fvg.it); Instagram: [@regionefvg](https://www.instagram.com/regionefvg); X: [@regioneFVGit](https://www.x.com/regioneFVGit)

#FVGinMOVIMENTO