



**COMUNE DI MOZZO**  
**ASSESSORATO SPORT - PARCHI**



# VIVI PARCHI 2025

## 9 GIUGNO - 4 LUGLIO

ACTIVES PILATES

CAMMINATA

CORSA

CORSO R.E.M.  
(rinforzo, equilibrio,  
mobilità)

FUNCTIONAL TRAINING

MEDITAZIONE

MOBILITA' e STRETCHING  
(natural flow)

MOVE AND TALK  
(con ostetrica)

PILATES



**ATTIVITA' FISICO-MOTORIA NEI PARCHI LIBERA E GRATUITA PER  
TUTTI I CITTADINI MAGGIORENNI TENUTA DA ISTRUTTORI  
QUALIFICATI NELLE VARIE DISCIPLINE**

Il programma completo delle attività è online sul sito del Comune o presso i parchi interessati:

Madri Costituenti-21 Rose (Dorotina), Lochis (centro), San Marco (Pascoletto), Santo Stefano (Borghetto). Per ogni attività max. 20 partecipanti.

Prenota la tua presenza, inquadra il QRCode, vai al link <https://forms.office.com/e/7CtBBsmhZj> o sul sito del Comune di Mozzo. Per info: 035 4556670 - [www.comune.mozzo.bg.it](http://www.comune.mozzo.bg.it)

Vivi Parchi 2025

