

SaronnoNews

Camminata metabolica, in valle Olona una domenica di sport in allegria

Redazione VareseNews · Tuesday, August 22nd, 2023

Una giornata **nel verde della valle Olona**, unendo **sport, relax e divertimento**: l'associazione **Amici della Ferrovia della Valmorea** le ha pensate tutte per arricchire le loro domeniche di apertura e questa volta è il turno della "**Camminata metabolica**".

Il gruppo, che da qualche anno gestisce il **casello di Prospiano** di fronte al bunker marnatese, ha deciso di rendere una prassi consolidata **l'apertura dello stabile al pubblico ogni ultima domenica del mese**: un modo per incontrare soci e simpatizzanti, ma anche per offrire a chi passeggia per la ciclopedonale una possibilità di ristoro e compagnia.

Oltre all'apertura del casello, ogni mese i volontari stanno cercando di proporre qualcosa che coinvolga e appassioni chi sceglie di raggiungerli: lo hanno fatto, lo scorso 30 luglio, con un approfondimento sul **disastro aereo di Olgiate Olona del 1959**, grazie a racconti e testimonianze, tornano in questo finire di agosto con una proposta sportiva nuova.

Alla regia, **Antonella Crenna**, una gorlese che anni fa lasciò il suo paese per trasferirsi al fresco della Val Vigezzo, ma restando sempre legata alla valle Olona. E' lei che racconta cosa accadrà domenica e come è sorta questa idea: «E' nato tutto per una bella casualità: da qualche tempo mi occupo di "Camminata metabolica" e, come trainer, **volevo condividere questa esperienza con mia sorella Mariangela e le mie cognate** che, a loro volta, hanno coinvolto alcune loro amiche, fra le quali c'era una volontaria de "Gli Amici della Ferrovia della Valmorea", Maria Teresa. Ci siamo divertite molto e, in seguito, grazie a lei, **ho avuto modo di parlare con Nicola Ferrari**, presidente del gruppo, e insieme **abbiamo organizzato questa giornata insieme**».



Questi i dettagli pratici per chi vorrà cimentarsi in questo sport: «Si cammina insieme, guidati dalla mia voce, che spronerà i partecipanti a svolgere diversi esercizi, anche con una corda. **Si unisce sport, divertimento, ma è presente anche una parte di rilassamento.** Attività indicata a chiunque, di tutte le età: è un bel modo di stare insieme nel verde».

Per prenotare e ricevere informazioni è necessario contattare direttamente Antonella al numero +39 328 636 8845. Le foto dell'attività di domenica 27 agosto saranno poi pubblicate sul gruppo Facebook di VareseNews Oggi in Valle Olona.

This entry was posted on Tuesday, August 22nd, 2023 at 11:09 am and is filed under [Salute](#), [Sport](#), [Tempo Libero](#), [Turismo](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.