

# Riecco Sportissima con la società Vigor

Domenica prossima a Ligornetto sarà possibile dedicarsi a diverse attività fisiche e salutari: dalla passeggiata al nordic walking, dalla corsa nel bosco alla bicicletтата

■ Anche quest'anno, dopo i successi delle edizioni passate, domenica 13 settembre tornerà Sportissima, la giornata dedicata all'attività fisica promossa dal Cantone. Per il distretto del Mendrisiotto, Ligornetto rappresenterà nuovamente il punto di riferimento per tutti coloro che desidereranno raggiungere l'obiettivo della manifestazione: fare del movimento per almeno mezz'ora.

A partire dall'oratorio di Ligornetto, la società organizzatrice - la Vigor - proporrà la scelta fra sette percorsi distinti: passeggiata per tutti: percorso privo di barriere per le vie del paese e fino alla chiesa di San Giuseppe (45minuti); camminata-

walking: percorso di 9 chilometri nei sentieri dei vigneti tra Ligornetto e Stabio (2 ore); nordic walking: giro di 5 chilometri su strade sterrate e asfaltate, saranno messi a disposizione i bastoni; corsa nel bosco: percorso fra castagni e robinie nei pressi del Museo Vela, ideale per principianti nel podismo; bicicletтата: 11 chilometri di strade e sentieri pianeggianti per una bella pedalata in famiglia; mountain-bike: percorso che si snoda per 14 chilometri su sentieri impegnativi; mini-olimpiadi: attraverso diverse forme di gioco i bambini potranno fare dell'attività fisica divertendosi.

L'appuntamento è a partire dalle 9.30 all'oratorio di Ligornetto.

A tutti i partecipanti che avranno totalizzato un minimo di 30 minuti d'attività fisica sarà consegnato un premio.

A partire dalle 17 sarà inoltre possibile gustare delle ottime costine, che delizieranno il palato dopo lo sforzo.

L'appuntamento per gli sportivi è fissato a partire dalle 9.30 all'oratorio. Ogni partecipante riceverà un premio