



LERICI

VIENI A CONOSCERCI

Corri/Cammina con noi

TUTTE le DOMENICHE MATTINA
di agosto e settembre

PROGRAMMA GRUPPO DI CORSA

- ore 7.00 ritrovo e iscrizioni Running Station, via Roma 33, Lerici
- ore 7.15 stretching
- ore 7.30 partenza
- ore 9.00 rientro

PERCORSO anello pianeggiante di 5km circa da Castello a Castello (Lerici - San Terenzo a/r) adatto a tutti.

A seguire sarà possibile percorrere un anello collinare di 7km circa.

PROGRAMMA GRUPPO DI CAMMINO

- ore 9.00 ritrovo e iscrizioni Running Station, via Roma 33, Lerici
- ore 9.30 partenza
- ore 11.00 rientro

PERCORSI ad anello adatti a tutti, sia su strada che su sentiero.

Ammireremo insieme i tanti punti panoramici e gli scorci naturalistici che il territorio Lericino ci offre.

Per info:

mail: runningstationteam.lerici@gmail.com

tel. **+39 349 8489882**



[runningstationeamlerici](https://www.facebook.com/runningstationeamlerici)



[runningstationeamlerici](https://www.instagram.com/runningstationeamlerici)