

- Die *Stiftung Vital* lädt herzlich ein zum

# Südtiroler Gesundheitswandertag in Montigg am Sonntag, 8. Oktober 2006

20 Vereine und Verbände gestalten zwischen **11.00 und 16.30** Uhr ein bewegtes Fest.

Die Hauptveranstaltung beim Großen Montiggler See bietet Unterhaltung, Spiele und ein Fitness-Bufferet.

Bewusst aktiv sein ist nicht nur gesund, es lohnt sich auch: Die Teilnehmer können tolle Preise gewinnen.

Kommen Sie **zu Fuß oder mit dem Fahrrad** und lassen Sie das Auto zu Hause, oder an den Parkplätzen in Eppan, Kaltern oder Rungg. Bewegung und Geselligkeit fördern die Gesundheit und machen Spaß.

**Machen Sie mit. Gemeinsam bewegen wir Südtirol.**



STIFTUNG  Vital  
*bewusst aktiv gesund*

- La *Fondazione Vital* ha il piacere di invitarvi alla giornata

# “La salute in cammino” che si terrà domenica 8 ottobre 2006 a Monticolo



20 associazioni altoatesine organizzano dalle 11.00 alle 16.30 una festa che si annuncia “movimentata”.

Oltre ad una passeggiata attorno al lago grande di Monticolo, l'evento principale prevede intrattenimenti, giochi e un fitness-buffet. Essere consapevolmente attivi non è solo sano, è anche vantaggioso: i partecipanti potranno vincere ricchi premi. Venite a piedi o in bicicletta e lasciate la macchina a casa o nei parcheggi di Appiano, Caldaro o Ronchi - Rungg.

Fare un po' di moto e stare in compagnia è divertente e fa bene alla salute!

**Partecipate anche voi. Insieme metteremo l'Alto Adige in movimento.**



FONDAZIONE  Vital  
*consapevoli attivi sani*