

# Passeggiate della salute



Progetto integrato  
**SALUTE È BENESSERE**

**Percorsi di salute nella Città di Firenze**

L'iniziativa è promossa dalla Società della Salute di Firenze

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA.** Le passeggiate sono gratuite, libere e aperte a tutti.

## QUARTIERE 1



Q1  
CENTRO STORICO

**SABATO 3 DICEMBRE 2022 - GRUPPO SALUTE È BENESSERE Q1**

**DANTE E LE VIUZZE MEDIEVALI - CAMMINATA DEL MANGIAR SANO**

**Pillola della Salute: mangiar sano non è difficile, ecco qualche consiglio (in collaborazione con LILT)**



Percorso facile (circa 3 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 piazza Santa Croce (davanti sede Quartiere 1)

**Percorso:** piazza Santa Croce, via del Corno, Santo Stefano al Ponte, piazza Signoria, via del Corso, via Santa Elisabetta, via del Proconsolo, piazza San Firenze, rientro

## QUARTIERE 2



Q2  
CAMPO DI MARTE

**SABATO 10 DICEMBRE 2022 - GRUPPO SALUTE È BENESSERE Q2**

**ANELLO DI SAN MARTINO A MENSOLA**

Percorso con qualche saliscendi, prevalentemente su asfalto (circa 5 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 via Lungo l'Affrico angolo viale Augusto Righi

**Percorso:** via del Salvatino, via B. da Maiano, via Poggio Gherardo, via di San Martino (visita guidata alla chiesa di San Martino a Mensola) via di Vincigliata, via D'Annunzio, via del Ninfale, via D'Annunzio, via del Cantone, via Lungo l'Affrico

## QUARTIERE 4



Q4  
ISOLOTTO LEGNAIA

**SABATO 10 DICEMBRE 2022 - GRUPPO SALUTE È BENESSERE Q4**

**NEL VERDE DEL QUARTIERE - PARLANDO DI ALIMENTAZIONE**

**Pillola della Salute: godiamoci le feste, con un occhio alla salute (in collaborazione con LILT)**



Percorso pianeggiante (circa 5,4 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 Villa Vogel - via delle Torri 23 (sede Quartiere 4)

**Percorso:** passeggiata che toccherà i luoghi verdi del Quartiere, passando dal Giardino di Villa Vogel, attraversando il Giardino Michela Noli, il viale dei Bambini, la Montagnola, il lungarno dei Pioppi, la piazza dell'Isolotto e rientrando a Villa Vogel

## QUARTIERE 3



Q3  
GAVINANA GALLUZZO

**SABATO 17 DICEMBRE 2022 - GRUPPO SALUTE È BENESSERE Q3**

**LA NAVE E LE LAME, VIUZZE E SCORCI DEL Q3**

Percorso pianeggiante, prevalentemente asfaltato (circa 5,5 km)

Media difficoltà, in parte sterrato, con un breve tratto impegnativo in salita (circa 7 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9,30 davanti centro commerciale Piazza Bartali

**Percorso:** piazza Bartali, via Erbosca, via delle Nazioni Unite, via Villamagna, Nave a Rovezzano, via delle Sentinelle, via del Crocefisso di Lume, via delle Lame, rientro in piazza Bartali

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA** da effettuarsi entro le ore 12.00 del venerdì precedente l'evento contattando il numero di telefono **055/6583.561** (Lun/Ven 9.30-12.30) o scrivendo una mail a: **camminare@uispfirenze.it**