

# 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 4 FEBBRAIO 2023**

**I CIOMPI, LA SINAGOGA, LA PERGOLA, LE OBLATE, IL BATTISTERO**

Percorso cittadino, facile e pianeggiante (circa 4 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9.30 piazza Santa Croce (sede Quartiere 1)

**Percorso:** piazza Santa Croce, via Verdi, via Pietrapiana, piazza dei Ciompi, Sant' Ambrogio, via Farini, la Sinagoga, via dei Pilastrini, Teatro della Pergola, via Sant' Egidio, Ospedale Santa Maria Nuova, le Oblate, via Bufalini, via de' Servi, via Brunelleschi, piazza Santissima Annunziata, via Alfani, via Ricasoli, via de' Pucci, Palazzo Medici - Riccardi, via Martelli, il Battistero, piazza Repubblica

## QUARTIERE 2



Q2  
CAMPO DI MARTE

**SABATO 11 FEBBRAIO 2023**

**"CAMMINARE E I SUOI EFFETTI SUL METABOLISMO"**

**Attenzione: la prima parte della mattinata sarà un incontro teorico sul tema del "camminare bene" cui seguirà una prova pratica al Parco del Mensola**

Percorso della prova pratica: facile, prevalentemente sterrato (circa 3 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9.30 teatro del Circolo Faliero Pucci (via D'Annunzio 182)

**Percorso:** dal Circolo Faliero Pucci verso il Parco del Mensola, dove si svolgerà la camminata/prova pratica sul tema proposto (a cura degli istruttori della Scuola Italiana Nordic Walking)

## QUARTIERE 4



Q4  
ISCIOTTO LEGNAIA

**SABATO 11 FEBBRAIO 2023**

**LA ZONA DI SAN BARTOLO A CINTOIA**

Percorso facile e pianeggiante (circa 7 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9.30 Villa Vogel - via delle Torri 23 (sede Quartiere 4)

**Percorso:** da via delle Torri si attraversano alcuni giardini del Quartiere, si sfiora il Museo della Matematica, il Complesso Uci Cinema, la zona sportiva (campo da volley, tennis, rugby, area bike, sport liberi) e si attraversa il "borgo" di San Bartolo a Cintoia per poi rientrare

## QUARTIERE 3



Q3  
GAVINANA GALLUZZO

**SABATO 18 FEBBRAIO 2023**

**BAGNO A RIPOLI, QUARTO E RIMAGGIO**

Percorso facile, con una breve salita, prevalentemente asfaltato (circa 6 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9.30 Giardino Silvano Campeggi (presso fontanello) - BAGNO A RIPOLI

**Percorso:** via Roma, via Fratelli Orsi, strada comunale di Quarto, Chiesa Santa Maria a Quarto di Rimaggio, strada comunale di Quarto, via di Quarto, via di Rimaggio, via della Massa, via Villamagna, via del Padule, via Villa dei Cedri, via delle Sentinelle, via della nave a Rovezzano, via del Pratello, Bagno a Ripoli

## QUARTIERE 5



Q5  
RIFREDI

**SABATO 25 FEBBRAIO 2023**

**CAREGGI TRA PASSATO E FUTURO**

Percorso collinare adatto a tutti (circa 5 km)

**Ritrovo e partenza:** ore 9.30 Largo P. Palagi (davanti CTO)

**Percorso:** viale Pieraccini, (incontro con rappresentanti ISPRO presso il "Cubo"), viale Pieraccini, via Cosimo il Vecchio, via di Careggi, via del Pergolino, viazzo Bartolommei, via Incontri, via Alderotti, rientro

**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**