



## QUATTRO PASSI IN ... COMPAGNIA!

Casella Postale 1552  
6501 Bellinzona

[www.gab-bellinzona.ch](http://www.gab-bellinzona.ch)

Bellinzona, settembre 2012

Ciao a tutti!

La stagione atletica è ormai agli sgoccioli anche quest'anno! L'annata è stata come sempre intensa e ricca di tante emozioni! Tra poco arriverà il momento di un meritato e breve periodo di pausa per tornare in piene forze a pensare al 2013!

Ma perché non ritrovarci per una giornata in compagnia all'insegna dello sport e dell'allegria? In fondo siamo molto simpatici noi del GAB, vero?!!

A Sessa, presso l'albergo ristorante dei Grappoli, si svolgerà la "**Corsa della Bricolla**", una gara podistica a cavallo del confine italo-svizzero.

Ma questa è solo una scusa per passare un po' di tempo insieme...! Non siete obbligati a correre!

Chi vuole può fare la corsa, chi vuole può partecipare alla camminata e gli altri possono semplicemente gustarsi il Malcantone e i Grappoli di Sessa.

Alle 12.30 ci sarà la possibilità di rigenerarsi con una buona maccheronata!

Vi propongo quindi di riservare la data di **domenica 21 ottobre 2012**.

Per altre info sulla corsa potete guardare il sito [www.corsadellabricolla.com](http://www.corsadellabricolla.com)

Ricordatevi! Se volete fare la camminata o la corsa è obbligatorio il documento di identità (iscrizioni sul posto)!

Se volete unirvi a questa giornata GAB siete pregati di iscrivervi al più presto a me (a voce o per e-mail).

La partenza è prevista alle 7.45 da Arbedo, oppure è possibile raggiungerci più tardi in mattinata, in questo caso siete pregati di comunicarmelo!

Sono certa che saremo numerosi e sarà una bellissima giornata!

A presto quindi, aspetto vostre notizie!

Paola  
[paola.andreazzi@gab-bellinzona.ch](mailto:paola.andreazzi@gab-bellinzona.ch)