

# Quindici

*g.a.s.t. onlus compie 15 anni*



Ore 15:00

## LA BICICLETTATA

**RICORDA DI PORTARE  
IL TUO CASCO!**

*Iscrizione obbligatoria entro il 3 Maggio*



Ore 17:00

## YOGA 4GAST

*con Cristian Sassi, Soraya,  
Erika Nasi*

**RICORDA DI PORTARE  
IL TUO TAPPETINO!**

*Iscrizione obbligatoria fino a esaurimento posti*



Ore 19:00

## BUON COMPLEANNO

# GAST

**STREET FOOD  
E MUSICA DAL VIVO DI  
ORACLE KING & POLASTER BAND**

**presso A-GYM**

*Via della Canalina, 38,  
Reggio Emilia*

Vieni a festeggiare  
con **noi!**

# 13 Maggio 2023

## La bicicletтата Il percorso:



A-GYM – Reggia di Rivalta – Vasca di Corbelli – Pinetina di Vezzano

*I partecipanti possono scegliere la lunghezza del percorso (7, 12 o 28 km)*

**Prenota il Tandem MTB e-bike, la Hand-Bike MTB  
o la Cargo Bike, se ti servono**

*Sarà disponibile un mezzo per il servizio di recupero. I partecipanti che non hanno  
sufficiente livello di autonomia dovranno essere accompagnati da un adulto.*



*E per i più piccoli:*

**GimKana @A-GYM alle ore 16:30**

## Il programma:

**Ritrovo ore 15:00 @Palestra A-GYM**

**Partenza ore 15:30**

**Rientro previsto alle ore 18:30**

**Info e prenotazioni: 331 1959077**  
**[gast@gastonlus.org](mailto:gast@gastonlus.org)**