



# RISVEGLIO MUSCOLARE AL CASTELLO

SALUTE E BENESSERE IN MOVIMENTO



unCastello  
di eventi  
INNAMORATI DI SUSÀ

GIUGNO SETTEMBRE 2026  
CASTELLO DI ADELAIDE - SUSÀ (TO)

**DA SABATO 13 GIUGNO 2026, TUTTI I SABATI FINO A SETTEMBRE  
DALLE 8,30 ALLE 9,30**

Partecipa anche tu ad un'ora di ginnastica dolce (pilates, posturale, yoga, camminata metabolica) immerso nella suggestiva cornice del castello di Adelaide e assapora i benefici dell'attività fisica Ritrovo ore 8.15 col proprio tappetino. L'iniziativa è gratuita.

13-06	CostanzaGAG	Evolution - Susa
20-06	Calarota Eleonora	Hatha Yoga Studio - Susa
27-06	Bianchi Francesca	Polisp. B. Chianocco - Elite Fitness Club - Susa
4-07	Alfano Alessia	Elite Fitness Club - Susa
11-07	Tieri Clarissa	Elite Fitness Club - Susa
18-07	MIKA	Evolution - Susa
25-07	Calarota Eleonora	Hatha Yoga Studio - Susa
1-08	Puddu Barbara	Spazio Armonia - Bussoleno
8-08	Calarota Eleonora	Hatha Yoga Studio Susa
22-08	Montalto Mara	Camminata Metabolica Susa
29-08	Marchese Simone	Elite Fitness Club - Susa
5-09	Montalto Mara	Camminata Metabolica Susa
12-09	Ollino Laura	Pachamama Y&M

CON IL SUPPORTO DI



E per chi vuole chiudere in bellezza? Ti aspetta una colazione sana e rigenerante all'interno del castello, pensata per accompagnare al meglio il tuo risveglio. Costo: 5 euro - solo su prenotazione via WhatsApp +39 351 3078654 da prenotare entro il giovedì

PER INFO

0122 648306  
segreteria@comune.susa.to.it