Società Alpina Friulana
CAI sezione di UDINE ODV

GRUPPO SENIORES

IL BENESSERE

LONGEVITÀ

CHE SI COSTRUISCE OGNI GIORNO

Progetto
“Mantenersi attivi in salute : seniores in montagna”

dott. Lorenzo Lastrucci
farmacista e direttore della Farmacia Aiello SAS

Vivere a lungo, vivere bene

dott.ssa Lucia Andreoli
farmacista, biologa nutrizionista e nutrizionista Yougevity

Una mela al giorno

dott. Riccardo Romanin
fisioterapista e titolare di Trattamix Srl

Muoversi oggi per stare bene domani

Luigi Luvinetti
mental coach e Yougevity coach

La parete invisibile: l'importanza dello stato mentale

in collaborazione con

FARMACIA AIELLO

TRATTAMIX
Centro Medico Riabilitativo

Società Alpina Friulana - sede - sala eventi
martedì 27 ottobre 2026 – ore 20:30
SEGUIRÀ RINFRESCO

SOCIETA’ ALPINA FRIULANA - Sezione di Udine del Club Alpino Italiano Odv
- Gruppo Seniores -
Udine - Via Brigata Re, 29 +39 0432 504290
seniores@alpinafriulana.it www.alpinafriulana.it

SHOP & PLAY Città Fiera
IL PIU' GRANDE CENTRO COMMERCIALE DELLA REGIONE

MEGA SPORT MEGA BIKE MEGA OUTDOOR
INTERSPORT

fiascaris
SPECIALISTI DELL'OUTDOOR
VIA TRICESIMO,35 - UDINE
distributore FERRINO